

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КЕРЧИ
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования города Керчи Республики Крым
«Детско-юношеский клуб физической подготовки»

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом

МБОУ ДО г. Керчи РК «ДЮКФП»

Протокол № 2

от 27 марта 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ ДО г. Керчи РК «ДЮКФП»

Есим С.А.
Приказ № 85 от 30.04 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Баскетбол. Базовый уровень»

Направленность: *физкультурно-спортивная*

Срок реализации программы: *4 года*

Вид программы: *модифицированная*

Тип программы: *общеразвивающая*

Уровень программы: *базовый*

Возраст обучающихся: *11-16 лет*

Составители:

Михайлова Татьяна Юрьевна,

педагог дополнительного образования

Копееченко Валерий Агнанович

педагог дополнительного образования

г. Керчь, 2025 г.

Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и учитывает специфику дополнительного образования в «ДЮОКФП». Программа разработана для желающих заниматься этим видом спортивных игр. Дает возможность начинать знакомство с баскетболом с азов детям и подросткам разного возраста и разной подготовкой в одной группе.

Программа разработана в соответствии со следующей **нормативно-правовой основой**:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

3. Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

5. Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

7. Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

9. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

10. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

11. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

12. Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

15. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

16. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

17. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

18. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

19. Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

20. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

21. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях

«Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

22. Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

23. Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

24. Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

25. Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

26. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015г. № 09-3242;

27. Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

28. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

29. Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации,

реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

30. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

31. Уставом МБУДО г. Керчи РК «ДЮКФП»;

32. Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МБУДО г. Керчи РК «ДЮКФП».

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» базового уровня подготовки **физкультурно-спортивная** и учитывает специфику дополнительного образования в «ДЮКФП». Физкультурная составляющая программы обеспечивает развитие физических качеств обучающихся, а спортивная- предполагает участие в соревновательной деятельности в своей возрастной группе.

Программа направлена на развитие физических и психических качеств обучающихся и формирование здорового образа жизни. Дает возможность продолжить обучение баскетболу детям и подросткам разного возраста и пола в одной группе. Обучение по программе, предполагает участие в турнирах городского и республиканского уровня.

Во время обучения, проходит закрепление навыков выполнения технических и тактических элементов баскетбола, формируется опыт участия в соревнованиях городского и республиканского уровня.

Актуальность Программы «Баскетбол» обусловлена потребностью современного общества в формировании у подрастающего поколения навыков здорового образа жизни, способности активно включаться в разнообразные формы физкультурно-спортивной, учебной, социальной деятельности, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. Привлечь детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом можно через организацию занятий по доступным и увлекательным спортивным играм, в том числе по баскетболу.

Способствует реализации Государственной программы «Развитие детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года» и «Программы развития детско-юношеского спорта в Республике Крым до 2030 года».

Во время игры в баскетбол постоянно изменяется ситуация на площадке. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. Программа строится на логичной последовательности от простого к сложному, заинтересовывая учеников в продолжении обучения по программе, чтобы перейти с командой на следующий уровень обучения.

Программа осуществляется на безвозмездной основе, что делает ее еще более привлекательной для обучения.

Новизна Программы заключается в специфике прохождения процесса формирования команды по баскетболу. Обучение по программе направлено на развитие командных навыков работы и дальнейшего совместного обучения занимающихся и выступления на турнирах и соревнованиях городского и республиканского значения в своей возрастной группе. Содержание программы подразумевает объединение индивидуальностей учеников в одно целое, создание команды единомышленников, любящих баскетбол и пропагандирующих эту игру среди сверстников.

Программа «Баскетбол» предлагает занятия обучающимся, желающим заниматься баскетболом, имеющим допуск от врача.

Базовый уровень обучения продолжается четыре года и направлен на улучшение физической подготовки, формированием технических и тактических навыков игры в баскетбол с участием в соревновательных турнирах на республиканском уровне.

К отличительным особенностям Программы относятся:

- обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста и формирование на основе этого умения взаимодействовать в команде;
- повышение динамичности занятий и высокой двигательной активности обучающихся;
- обращение внимания на психологическую подготовку обучающихся: воспитание целеустремленности, укреплению веры в свои силы, умение решать задачи в команде, воспитанию смелости, ответственности за свои действия, ознакомлению с мерами безопасности;
- формирование активной жизненной позиции и пропаганды здорового образа жизни и моральных ценностей.

По результатам физической и тактической подготовки, обучающиеся переходят на следующий уровень обучения, осуществляя при этом индивидуальный подход и выбор.

Базовый уровень, длящийся 4 года подготовки по программе «Баскетбол», предлагает занятия обучающимся, желающим заниматься баскетболом, имеющим допуск от врача, прошедших начальный этап технической подготовки по виду спорта. Этот уровень направлен на улучшение физической подготовки, повышения технических навыков игры в баскетбол и овладение тактическими навыками. Предполагает участие в муниципальных и республиканских турнирах.

Педагогическая целесообразность основана на том, что обучение игре в баскетбол является хорошей основой для приобщения к физической культуре и проводится с целью укрепления здоровья и достижения всестороннего физического развития занимающихся, овладения элементами игры баскетбол и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке; приобретения инструкторских навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой. Воспитания у занимающихся морально-волевых принципов, умения работать в команде, продвигать эти принципы в среду своих ровесников.

Привлечь подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом можно через организацию занятий по доступным и увлекательным спортивным играм, в том числе по баскетболу. Педагогическая целесообразность основана на характеристике подросткового возраста как важнейшего этапа в гармоничном физическом развитии обучающихся. Подростковый возраст характеризуется переходом к взрослому, ответственному отношению к своим поступкам. Программа «Баскетбол» направлена на помощь в этом переходе, формирование сознательной личности.

Язык обучения: обучение по Программе ведется на русском языке.

Адресат Программы: Программа ориентирована на обучающихся в возрасте от 11 до 16 лет, не имеющих противопоказаний по здоровью, относящихся к 1 и 2 основной и подготовительной группе здоровья.

В возрасте 11 лет детям свойственна эмоциональность, отвлеченность, возбудимость, они не могут долгое время сосредотачиваться на одной деятельности, высокая утомляемость. В младшем школьном возрасте необходимо больше положительных эмоций, радости познание, приобретать уверенность в своих способностях.

Этот возраст считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста, с 12 до 16 лет, связан с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности. Социальная ситуация развития - это особое положение ребенка в системе принятых в данном обществе отношений. В подростковом возрасте она представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости.

Заявление на программу принимаются с 15 августа по 1 сентября. Группы формируются от 15 до 18 человек. Подготовка учеников осуществляется в четыре этапа, по возрастным подгруппам, перевод на следующий этап обучения осуществляется при выполнении контрольных нормативов и освоении

предыдущего этапа. Если обучающиеся не выполнили объем программы и не сдали контрольные нормативы, они не переводятся на следующий этап.

Базовый уровень подготовки по программе предполагает занятия для учеников общеобразовательных школ, девочек и мальчиков, желающих продолжить обучение баскетболу и имеющих разрешение врача. На этом этапе осуществляется спортивно-тренировочная работа, направленная на укрепление здоровья, разностороннюю физическую подготовку, совершенствование техники баскетбола.

Объем и срок освоения программы: Объем программы - 864 часа, Программа рассчитана на 4 года.

Таблица 1.

Объем и срок освоения программы «Баскетбол»

Уровень обучения	Срок обучения	Кол-во учащихся в группе	Кол-во часов в неделю	Объем программы	Возраст учащихся
Базовый БУ-1	1 год	15 человек	6 часов	216 часов в год	11-13 лет
Базовый БУ-2	1 год	15 человек	6 часов	216 часов в год	13-14 лет
Базовый БУ-3	1 год	15 человек	6 часов	216 часов в год	14-15 лет
Базовый БУ-4	1 год	15 человек	6 часов	216 часов в год	15-16 лет

Уровень содержания программы – базовый.

Формы обучения учащихся ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. В МБОУ ДО «ДЮКФП» г. Керчи занятия проходят по **очной форме обучения**, прохождение некоторых тем возможно в **дистанционном формате**, с использованием дистанционных образовательных технологий и заданий педагога дополнительного образования.

Особенности организации образовательного процесса: группы формируются в количестве 15 человек. Возраст обучающихся для зачисления на программу «Баскетбол» с 11 до 16 лет. По возрастам, обучающиеся подразделяются на подгруппы, с разницей в возрасте до 2-3-х лет. Взаимодействие между подгруппами на занятии происходит через игры, совместные упражнения, где старшая подгруппа, контролирует выполнение технических элементов младшей подгруппы под руководством педагога дополнительного образования. Подгруппы обучающихся формируются еще и на основе развития физических качеств и подготовки, по результатам входящего тестирования и по годам рождения.

Обучающиеся переводятся на следующий год обучения по результатам освоения программы и выступления за команду в турнирах.

Организационные формы обучения на групповых занятиях: учебное занятие, спортивные соревнования, дистанционные занятия физическими упражнениями дома, групповая, индивидуальная, игровая, соревновательная. А также, занятия учебно-тренировочные, теоретические, соревновательные, методические.

Режим занятий по Программе предполагает по три занятия в неделю по 2 академических часа на занятии, перерыв по 10 минут между часами. Занятия проводятся во второй половине дня, в спортивном комплексе «Судостроитель», ул. Орджоникидзе; в МБОУ РК г. Керчь «Школа № 23» и МБОУ РК г. Керчь «Школа № 12» по расписанию педагогов ДО, ведущих программу.

Режим работы МБУ ДО г. Керчи РК «ДЮКФП» с 8.00 до 17.00.

1.2. Цель и задачи программы

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение к регулярным тренировкам, содействие гармоничному физическому развитию детей и подростков, укрепление знаний, умений и навыков игры в баскетбол.

Содержание программы направлено на реализацию следующих **задач**:

Образовательные 1 года обучения:

- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам в процессе занятий баскетболом;
- развивать основные физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту), необходимые для совершенствования игровых умений и навыков, закрепление и совершенствование основ техники и тактики игры в баскетбол;
- обучать правильному выполнению физических упражнений.

Образовательные 2 года обучения:

- развивать умения технического применения элементов баскетбола в игре;
- обучать технико-тактическим навыкам игры в команде;
- совершенствовать развитие физических качеств баскетболистов.

Образовательные 3 года обучения:

- обучать взаимодействию игроков на площадке;
- совершенствовать выполнение технических элементов баскетбола;

Образовательные 4 года обучения:

- добиться взаимодействия игроков в команде;
- добиться слаженного выполнения всех технико-тактических элементов в соревновательной деятельности.

Личностные (воспитательные) 1 года обучения:

- прививать любовь к регулярным занятиям физической культурой и спортом, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать чувство ответственности и патриотизма.

Личностные (воспитательные) 2 года обучения:

- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность, целеустремленность;

- воспитывать ответственное отношение к занятиям и к команде.

Личностные (воспитательные) 3 года обучения:

- прививать ответственность за свои дела и слова;
- формировать творческое мышление и анализ игры на площадке.

Личностные (воспитательные) 4 года обучения:

- формировать ответственность за свой вклад в игру команды;
- воспитывать гордость за свою страну, город, команду;
- формировать умение эффективного взаимодействия обучающихся как в команде, так и с обучающимися разного возраста и уровня подготовки.

Развивающие 1 года обучения:

- способствовать укреплению здоровья;
- содействовать гармоничному физическому развитию.

Развивающие 2 года обучения:

- развивать двигательные способности детей;
- создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных формах профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности.

Развивающие 3 года обучения:

- обучать навыкам применения полученных знаний о влиянии физической культуры и спорта на организм в повседневной жизни;
- способствовать популяризации баскетбола среди ровесников, одноклассников и друзей.

Развивающие 4 года обучения:

- сформировать умение организовать и провести баскетбольный турнир;
- сформировать умение оказания первой помощи и знание основ поведения в экстренных ситуациях.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Цель воспитательной работы: воспитание патриотической, ответственной, нравственной личности, доброжелательной и коммуникативной в командной работе.

Задачи:

- прививать обучающимся чувство гордости за свою страну;
- формировать ответственность за свои поступки;
- способствовать развитию нравственности обучающихся;
- способствовать формированию команды единомышленников.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к тренировочным занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в турнирах и соревнованиях), привлечение

родителей к активному участию в работе группы. На занятиях поддерживается дух патриотизма, взаимопомощи и доброжелательности, формируется дисциплина, самоорганизация, целеустремленность. Вырабатываются приемы по укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости. Проводятся мероприятия по ознакомлению с мерами безопасности и самоконтролю по технике безопасности.

Большое внимание уделяется патриотическому воспитанию. Обучающиеся принимают участие в ежегодных соревнованиях, посвященных памяти тренера по баскетболу Сюлюкова А.В., Дню освобождения города-героя Керчь от фашистских захватчиков, Дню Победы, Дню воссоединения Крыма с Россией.

1.4. Содержание дополнительной общеразвивающей программы

Программа «Баскетбол» – курс оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. В нем объединяются спортивные и подвижные игры, ОФП, развитие физических качеств. Занятия проводятся по следующим разделам учебного плана, представленным в Таблицах 2,3,4,5. Теоретические часы в разделах 2,3,4,5,6,7 включаются в практическое занятие.

Учебный план 1 года обучения группы (БУ-1)

Таблица 2.

№ п/п		Разделы обучения	Баскетбол		Форма контроля
		Темы занятия	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний			Количество часов по разделу: 10		
1.	- общие сведения о строении и функциях организма; - влияние физической культуры и спорта на организм человека; - правила техники безопасности на занятиях; - история развития баскетбола в СССР; -подвиги спортсменов во время Великой Отечественной войны; - правила игры; - самостоятельной тренировки; - самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием.		10		Опрос; беседа; тестирование; объяснение и показ; презентация.
Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом			Количество часов по разделу: 40		
	- Стойки игрока. - Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд - Остановка двумя шагами и		2	38	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и

	прыжком. - Повороты без мяча и с мячом. - Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)			стойка, Тестирование. Игры.
	Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча	Количество часов по разделу: 33		
	- Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении, без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.	4	29	Оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча, Тестирование, Контрольная игра.
	Раздел 4. Техника ведение мяча	Количество часов по разделу: 36		
	- Введение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте - в движении по прямой, - с изменением направления движения и скорости; - ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	2	34	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча
	Раздел 5. Техника бросков мяча	Количество часов по разделу: 30		
	- из-под кольца с отскоком от щита; - из-под кольца без отскока от щита; - из-под кольца с двух шагов, - с отклонением; - со средней дистанции;	1	29	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов бросков в кольцо
	Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении	Количество часов по разделу: 32		
	- при личной опеке; - при зонной защите (3–2; 2-1-2; 2–3); - при зонном прессинге в нападении; - использование личного технического «арсенала» в обыгрыше; - разучивание тактических схем командного нападения.	2	30	Наблюдение - соревнования
	Раздел 7. Общая физическая подготовка	Количество часов по разделу: 28		
	- развитие общей выносливости; - развитие координационных способностей; - развитие скоростной выносливости - развитие силовых способностей; - развитие гибкости	1	27	Тестирование.
	Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования	Количество часов по разделу: 7		
	-муниципальные, товарищеские игры.		7	Тестирование и соревнования

ИТОГО:	22	194	216
	216		

Содержание учебного плана 1-го года базового обучения по программе «Баскетбол» группа БУ-1

Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 10 часов. Краткие исторические сведения о возникновении игры. История и пути развития современного баскетбола. Подвиги спортсменов, воевавших во время Великой Отечественной войны. Предупреждение травм при занятиях баскетболом. Врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в баскетбол. Самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием во время занятий по баскетболу. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Анатомия и физиология человека. Влияние физических упражнений на системы организма.

Форма контроля: опрос учащихся по теоретическим вопросам во время занятий. Теоретическая подготовка проводится в течение всего периода обучения во время занятий. Во время болезни или отсутствия на занятиях, обучающиеся осваивают теоретические вопросы и проходят тестирование дистанционно.

Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 40 часов. Теория: техника передвижения, техника стойки баскетболиста. Практика: Совершенствование стойки игрока. Отработка перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек.

Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча–33 часа. Теория: техника выполнения передачи и ловли мяча. Анализ общих ошибок, объяснение последовательности обучения передачам и ловле мяча.

Практика: Упражнения для развития качеств, необходимых при передаче мяча. Выполнение передач мяча без передвижения, на месте. Перемещения и стойки: стойка баскетболиста (исходные положения) при выполнении передач. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие, средние и дальние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча. Подвижные игры с передачами мяча: «Кто быстрее», «Бросай - беги», «Салки с мячом», «Не давай мяч водящему», «Десять передач», эстафеты с выполнением передач.

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча. Выполнение передач мяча на скорость.

Раздел 4. Техника ведение мяча – 36 часов. Теория: техника ведения мяча, ошибки в технике, методика обучения и подбора упражнений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при ведении мяча. Ведение мяча стоя на месте. Ведение мяча вокруг корпуса, вокруг и между ногами. Разновысокое ведение, очень частое низкое ведение попеременно левой и правой рукой. Ведение двух мячей. В движении. Бег на носках, на пятках с ведением мяча. Бег в полуприседе с ведением мяча. Спортивная ходьба с ведением мяча. Бег с поворотами и ведением мяча, с переводами мяча с руки на руку перед собой, за спиной и между ногами. Бег приставными шагами с ведением мяча, скрестным шагом, спиной вперед с ведением мяча. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Подвижные игры с ведением мяча. «Ведение с десятью отскоками от пола и передачей мяча», «Воробыи - вороны», «Пятнашки в парах», «Салки с ведением», «Командные салки», «Выбей мяч», «Кто быстрее», «Кто первый».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча. Ведение мяча на скорость. Челночный бег с ведением мяча.

Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов. Теория: анализ техники выполнения броска; анализ общих ошибок в исполнении броска; методика обучения броскам мяча в кольцо из различных положений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при выполнении броска мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Многократные броски набивного мяча в стену. Многократные передачи баскетбольного мяча в стену, постепенно увеличивая, расстояние от нее. Многократные передачи баскетбольного мяча на дальность. Броски мяча: Броски мяча из- под щита, со средней дистанции, штрафной бросок. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски. Броски мяча одной от плеча со средних и дальних дистанций. Броски в прыжке. Броски с двух шагов. Подвижные игры с броском мяча. «Снайперы», «Шесть передач», «Трех очковый бросок», «Эстафета с передачами мяча и броском в кольцо».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов бросков мяча в кольцо. Контрольные броски мяча в кольцо.

Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 32 часов. Теория: Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Виды технико-тактических действий. Анализ ошибок. Методика обучения технико-тактическим действиям. Практика: Техничко-тактические действия в нападении. Индивидуальные действия: финты с мячом «на ведение», «на передачу», «на бросок» с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков;

взаимодействия двух нападающих против одного защитника, двух защитников; взаимодействие игроков в нападении через заслон; взаимодействие трех нападающих против двух защитников Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче. Техничко-тактические действия в защите. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах, ведении противника, при отборе мяча. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Расположение игроков при зонной защите. Действия игроков при личной опеке.

Форма контроля: наблюдение и соревнование. Выполнение «финтов» с мячом в соревновании с другими игроками.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка – 28 часов.

Теория: Основные физические качества и методика их развития. Методика составления комплексов упражнений. Практика: Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости (подвижности в суставах). Упражнения для развития прыгучести. Специальная физическая подготовка включена в общефизическую подготовку и является частью физической подготовки занимающегося.

Форма контроля: тестирование физического развития.

Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 7 часов (в процессе тренировочных занятий и согласно календарю соревнований). Теория: правила проведения соревнований, Судейство соревнований. Практика: Принять участие в соревнованиях на первенство школы, города, района. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Практические занятия. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки. Форма контроля: Тестирование и соревнования.

Учебный план 2 года обучения группы (БУ-2)

Таблица 3.

№ п/п	Разделы обучения	Баскетбол		Форма контроля
	Темы занятия	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний		Количество часов по разделу: 10		
1.	- общие сведения о строении и функциях организма; - влияние физической культуры и спорта на организм человека; - правила техники безопасности на занятиях; -лучшие баскетболисты России и СССР; -баскетбол во время Великой Отечественной войны;	10		Опрос; беседа; тестирование; объяснение и показ; презентация.

	- организация проведения соревнований; - методика организации самостоятельной тренировки; - самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием.			
Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом		Количество часов по разделу: 40		
	- Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд - Остановка двумя шагами и прыжком. - Повороты без мяча и с мячом. - Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)	2	38	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек, Тестирование. Игры.
Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча		Количество часов по разделу: 33		
	- Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении, без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.	4	29	Оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча, Тестирование, Контрольная игра.
Раздел 4. Техника ведение мяча		Количество часов по разделу: 36		
	- Введение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте - в движении по прямой, - с изменением направления движения и скорости; - ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	2	34	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча
Раздел 5. Техника бросков мяча		Количество часов по разделу: 30		
	- из-под кольца с отскоком от щита; - из-под кольца без отскока от щита; - из-под кольца с двух шагов, - с отклонением; - со средней дистанции; - с дальней дистанции.	1	29	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов бросков в кольцо
Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении		Количество часов по разделу: 32		
	- при личной опеке; - при зонной защите (3–2; 2-1-2; 2–3); - при зонном прессинге в нападении; - использование личного	2	30	Наблюдение - соревнования

	технического «арсенала» в финтах; - разучивание тактических схем командного нападения.			
	Раздел 7. Общая физическая подготовка	Количество часов по разделу: 28		
	- развитие общей выносливости; - развитие координационных способностей; - развитие скоростной выносливости - развитие силовых способностей; - развитие гибкости	1	27	Тестирование.
	Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования	Количество часов по разделу: 7		
	- муниципальные, районные соревнования; - товарищеские игры.		7	Тестирование и соревнования
ИТОГО:		22	194	216
		216		

Содержание учебного плана 2-го года базового обучения по программе «Баскетбол» группа БУ-2

Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 10 часов. Развитие баскетбола в СССР и Российской Федерации. Лучшие баскетболисты России, СССР и РФ. Баскетбол во время Великой Отечественной войны. Современный баскетбол и его лучшие игроки. Предупреждение травм при занятиях баскетболом. Профилактика травм, оказание первой медицинской помощи. Врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в баскетбол. Виды соревнований. Соревнования по баскетболу среди школьников и их организация. Методика организации самостоятельной тренировки по баскетболу. Самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием во время занятий по баскетболу. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Анатомия и физиология человека. Анатомия и физиология влияния спортивных занятий на организм подростка. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на системы организма.

Форма контроля: опрос учащихся по теоретическим вопросам во время занятий. Теоретическая подготовка проводится в течение всего периода обучения во время занятий. Во время болезни или отсутствия на занятиях, обучающиеся осваивают теоретические вопросы и проходят тестирование.

Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 40 часов. **Теория:** техника передвижения, техника стойки баскетболиста. **Практика:** Совершенствование стойки игрока. Отработка перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) **Форма контроля:** Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек.

Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча–33 часа. Теория: техника выполнения передачи и ловли мяча. Анализ общих ошибок, объяснение последовательности обучения передачам и ловле мяча.

Практика: Упражнения для развития качеств, необходимых при передаче мяча. Выполнение передач мяча без передвижения, на месте. Перемещения и стойки: стойка баскетболиста (исходные положения) при выполнении передач. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие, средние и дальние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча. Подвижные игры с передачами мяча: «Кто быстрее», «Бросай - беги», «Салки с мячом», «Не давай мяч водящему», «Десять передач», эстафеты с выполнением передач.

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча. Выполнение передач мяча на скорость.

Раздел 4. Техника ведение мяча – 36 часов. Теория: техника ведения мяча, ошибки в технике, методика обучения и подбора упражнений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при ведении мяча. Ведение мяча стоя на месте. Ведение мяча вокруг корпуса, вокруг и между ногами. Разновысокое ведение, очень частое низкое ведение попеременно левой и правой рукой. Ведение двух мячей. В движении. Бег на носках, на пятках с ведением мяча. Спортивная ходьба с ведением мяча. Бег с поворотами и ведением мяча, с переводами мяча с руки на руку перед собой, за спиной и между ногами. Бег приставными шагами с ведением мяча, скрестным шагом, спиной вперед с ведением мяча. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Подвижные игры с ведением мяча. «Ведение с десятью отскоками от пола и передачей мяча», «Воробьи - вороны», «Пятнашки в парах», «Салки с ведением», «Командные салки», «Выбей мяч», «Кто быстрее», «Кто первый».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча. Ведение мяча на скорость. Челночный бег с ведением мяча.

Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов. Теория: анализ техники выполнения броска; анализ общих ошибок в исполнении броска; методика обучения броскам мяча в кольцо из различных положений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при выполнении броска мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжатие и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Многократные броски набивного

мяча в стену. Многократные передачи баскетбольного мяча в стену, постепенно увеличивая, расстояние от нее. Многократные передачи баскетбольного мяча на дальность. Броски мяча: Броски мяча из- под щита, со средней дистанции, штрафной бросок. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски. Броски мяча одной от плеча со средних и дальних дистанций. Броски в прыжке. Броски с двух шагов. Подвижные игры с броском мяча. «Снайперы», «Шесть передач», «Трех очковый бросок», «Эстафета с передачами мяча и броском в кольцо».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов бросков мяча в кольцо. Контрольные броски мяча в кольцо.

Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 32 часов. Теория: Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Виды технико-тактических действий. Анализ ошибок. Методика обучения технико-тактическим действиям. Практика: Техничко-тактические действия в нападении. Индивидуальные действия: финты с мячом «на ведение», «на передачу», «на бросок» с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков; взаимодействия двух нападающих против одного защитника, двух защитников; взаимодействие игроков в нападении через заслон; взаимодействие трех нападающих против двух защитников Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче. Техничко-тактические действия в защите. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах, ведении противника, при отборе мяча. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Расположение игроков при зонной защите. Действия игроков при личной опеке.

Форма контроля: наблюдение и соревнование. Выполнение «финтов» с мячом в соревновании с другими игроками.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка – 28 часов. Теория: Основные физические качества и методика их развития. Методика составления комплексов упражнений. Практика: Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости (подвижности в суставах). Упражнения для развития прыгучести. Специальная физическая подготовка включена в общефизическую подготовку и является частью физической подготовки занимающегося.

Форма контроля: тестирование физического развития.

Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 7 часов (в процессе тренировочных занятий и согласно календарю соревнований). Теория: правила проведения соревнований, Судейство соревнований. Практика: Принять участие в соревнованиях на первенство школы, города, района. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Практические занятия. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных

нормативов общей и специальной физической подготовки. Форма контроля:
Тестирование и соревнования.

Учебный план 3 года обучения группы (БУ-3)

Таблица 4.

№ п/п	Разделы обучения	Баскетбол		Форма контроля
	Темы занятия	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний		Количество часов по разделу: 10		
1.	- общие сведения о строении и функциях организма; - влияние физической культуры и спорта на организм человека; - правила техники безопасности на занятиях; - организация проведения соревнований; - школьный баскетбол; - самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием.	10		Опрос; беседа; тестирование; объяснение и показ; презентация.
Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом		Количество часов по разделу: 40		
	- Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд - Остановка двумя шагами и прыжком. - Повороты без мяча и с мячом. - Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)	2	38	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек, Тестирование. Игры.
	Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча	Количество часов по разделу: 33		
	- Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении, без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.	4	29	Оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча, Тестирование, Контрольная игра.
	Раздел 4. Техника ведение мяча	Количество часов по разделу: 36		
	- Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте - в движении по прямой, - с изменением направления движения и скорости; - ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей	2	34	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча

	рукой.			
	Раздел 5. Техника бросков мяча	Количество часов по разделу: 30		
	- из-под кольца с отскоком от щита; - из-под кольца без отскока от щита; - из-под кольца с двух шагов, - с отклонением; - со средней дистанции; - с дальней дистанции.	1	29	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов бросков в кольцо
	Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении	Количество часов по разделу: 32		
	- при личной опеке; - при зонной защите (3–2; 2-1-2; 2–3); - при зонном прессинге в нападении; - использование личных технических особенностей; - разучивание тактических схем командного нападения.	2	30	Наблюдение - соревнования
	Раздел 7. Общая физическая и специальная подготовка	Количество часов по разделу: 28		
	- развитие общей выносливости; - развитие координационных способностей; - развитие скоростной выносливости - развитие силовых способностей; - развитие гибкости	1	27	Тестирование.
	Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования	Количество часов по разделу: 7		
	-муниципальные соревнования; - республиканские соревнования		7	Тестирование и соревнования
ИТОГО:		22	194	216
		216		

Содержание учебного плана 3-го года базового обучения по программе «Баскетбол» группа БУ-3

Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 10 часов.
 Развитие баскетбола среди школьников. Соревнования школьников в РФ. Баскетбол во время Великой Отечественной войны. Предупреждение травм при занятиях баскетболом. Врачебный контроль и самоконтроль. Состав команды, замена игроков, экипировка игрока. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Соревнования по баскетболу среди школьников и их организация. Методика организации самостоятельной тренировки по баскетболу. Самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием во время занятий по баскетболу. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на системы организма.

Форма контроля: опрос учащихся по теоретическим вопросам во время занятий. Теоретическая подготовка проводится в течение всего периода

обучения во время занятий. Во время болезни или отсутствия на занятиях, обучающиеся осваивают теоретические вопросы и проходят тестирование.

Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 40 часов. Теория: техника передвижения, техника стойки баскетболиста. Практика: Совершенствование стойки игрока. Отработка перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек.

Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча – 33 часа. Теория: техника выполнения передачи и ловли мяча. Анализ общих ошибок, объяснение последовательности обучения передачам и ловле мяча.

Практика: Упражнения для развития качеств, необходимых при передаче мяча. Выполнение передач мяча без передвижения, на месте. Перемещения и стойки: стойка баскетболиста (исходные положения) при выполнении передач. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие, средние и дальние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча. Подвижные игры с передачами мяча: «Кто быстрее», «Бросай - беги», «Салки с мячом», «Не давай мяч водящему», «Десять передач», эстафеты с выполнением передач.

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча. Выполнение передач мяча на скорость.

Раздел 4. Техника ведение мяча – 36 часов. Теория: техника ведения мяча, ошибки в технике, методика обучения и подбора упражнений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при ведении мяча. Ведение мяча стоя на месте. Ведение мяча вокруг корпуса, вокруг и между ногами. Разновысокое ведение, очень частое низкое ведение попеременно левой и правой рукой. Ведение двух мячей. В движении. Бег на носках, на пятках с ведением мяча. Бег с поворотами и ведением мяча, с переводами мяча с руки на руку перед собой, за спиной и между ногами. Бег приставными шагами с ведением мяча, спиной вперед с ведением мяча. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Подвижные игры с ведением мяча. «Ведение с десятью отскоками от пола и передачей мяча», «Воробыи - вороны», «Пятнашки в парах», «Салки с ведением», «Командные салки», «Выбей мяч», «Кто быстрее», «Кто первый».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча. Ведение мяча на скорость. Челночный бег с ведением мяча.

Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов. Теория: анализ техники выполнения броска; анализ общих ошибок в исполнении броска; методика обучения броскам мяча в кольцо из различных положений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при выполнении броска мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Многократные броски набивного мяча в стену. Многократные передачи баскетбольного мяча в стену, постепенно увеличивая, расстояние от нее. Многократные передачи баскетбольного мяча на дальность. Броски мяча: Броски мяча из- под щита, со средней дистанции, штрафной бросок. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски. Броски мяча одной от плеча со средних и дальних дистанций. Броски в прыжке. Броски с двух шагов. Подвижные игры с броском мяча. «Снайперы», «Шесть передач», «Трех очковый бросок», «Эстафета с передачами мяча и броском в кольцо».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов бросков мяча в кольцо. Контрольные броски мяча в кольцо.

Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 32 часов. Теория: Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Виды технико-тактических действий. Анализ ошибок. Методика обучения технико-тактическим действиям. Практика: Техничко-тактические действия в нападении. Индивидуальные действия: финты с мячом «на ведение», «на передачу», «на бросок» с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков; взаимодействия двух нападающих против одного защитника, двух защитников; взаимодействие игроков в нападении через заслон; взаимодействие трех нападающих против двух защитников Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче. Техничко-тактические действия в защите. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах, ведении противника, при отборе мяча. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Расположение игроков при зонной защите. Действия игроков при личной опеке.

Форма контроля: наблюдение и сореьнование. Выполнение «финтов» с мячом в сореьновании с другими игроками.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка – 28 часов. Теория: Основные физические качества и методика их развития. Методика составления комплексов упражнений. Практика: Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития ловкости.

Упражнения для развития гибкости (подвижности в суставах). Упражнения для развития прыгучести. Специальная физическая подготовка включена в общефизическую подготовку и является частью физической подготовки занимающегося.

Форма контроля: тестирование физического развития.

Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 7 часов (в процессе тренировочных занятий и согласно календарю соревнований). Теория: правила проведения соревнований, Судейство соревнований. Практика: Принять участие в соревнованиях на первенство школы, города, района. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Практические занятия. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки. Форма контроля: Тестирование и соревнования.

Учебный план 4 года обучения по программе «Баскетбол» группа БУ-4

Таблица 5.

№ п/п	Разделы обучения	Баскетбол		Форма контроля
	Темы занятия	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний		Количество часов по разделу: 10		
1.	- общие сведения о физиологических функциях организма; - физиология влияние спорта на организм человека; - правила техники безопасности на соревнованиях; - организация проведения соревнований; - методика организации самостоятельной тренировки; - врачебный контроль за состоянием здоровья.	10		Опрос; беседа; тестирование; объяснение и показ; презентация.
Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом		Количество часов по разделу: 40		
	- Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд - Остановка двумя шагами и прыжком. - Повороты без мяча и с мячом. - Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)	2	38	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек, Тестирование. Игры.
Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча		Количество часов по разделу: 33		
	- Ловля и передача мяча	4	29	Оценка техники

	двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении, без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.			выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча, Тестирование, Контрольная игра.
	Раздел 4. Техника ведение мяча	Количество часов по разделу: 36		
	- Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте - в движении по прямой, - с изменением направления движения и скорости; - ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	2	34	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча
	Раздел 5. Техника бросков мяча	Количество часов по разделу: 30		
	- из-под кольца с отскоком от щита; - из-под кольца без отскока от щита; - из-под кольца с двух шагов, - с отклонением; - со средней дистанции; - с дальней дистанции.	1	29	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов бросков в кольцо
	Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении	Количество часов по разделу: 32		
	- при личной опеке; - при зонной защите (3–2; 2-1-2; 2–3); - при зонном прессинге в нападении; - использование личного технического опыта в игровых ситуациях; - разучивание тактических схем командного нападения.	2	30	Наблюдение - соревнования
	Раздел 7. Общая физическая и специальная подготовка	Количество часов по разделу: 28		
	- развитие специальной выносливости; - развитие координационных способностей при работе с мячами; - развитие скоростной выносливости; - развитие силовых способностей; - развитие гибкости	1	27	Тестирование.
	Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования	Количество часов по разделу: 7		
	- муниципальные соревнования; - республиканские соревнования		7	Тестирование и соревнования
ИТОГО:		22	194	216
		216		

**Содержание учебного плана 4-го года базового обучения
по программе «Баскетбол» группа БУ-4**

Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 10 часов. Современный баскетбол и его лучшие игроки. Предупреждение травм при занятиях баскетболом. Профилактика травм, оказание первой медицинской помощи. Врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в баскетбол. Состав команды, замена игроков, экипировка игрока. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Соревнования по баскетболу среди школьников и их организация. Методика организации самостоятельной тренировки по баскетболу. Самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием во время занятий по баскетболу. Анатомия и физиология влияния спортивных занятий на организм подростка. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на системы организма.

Форма контроля: опрос учащихся по теоретическим вопросам во время занятий. Теоретическая подготовка проводится в течение всего периода обучения во время занятий. Во время болезни или отсутствия на занятиях, обучающиеся осваивают теоретические вопросы и проходят тестирование.

Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 40 часов. Теория: техника передвижения, техника стойки баскетболиста. Практика: Совершенствование стойки игрока. Отработка перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек.

Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча–33 часа. Теория: техника выполнения передачи и ловли мяча. Анализ общих ошибок, объяснение последовательности обучения передачам и ловле мяча.

Практика: Упражнения для развития качеств, необходимых при передаче мяча. Выполнение передач мяча без передвижения, на месте. Перемещения и стойки: стойка баскетболиста (исходные положения) при выполнении передач. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие, средние и дальние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча. Подвижные игры с передачами мяча: «Кто быстрее», «Бросай - беги», «Салки с мячом», «Не давай мяч водящему», «Десять передач», эстафеты с выполнением передач.

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча. Выполнение передач мяча на скорость.

Раздел 4. Техника ведение мяча – 36 часов. Теория: техника ведения мяча, ошибки в технике, методика обучения и подбора упражнений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при ведении мяча. Ведение мяча стоя на месте. Ведение мяча вокруг корпуса, вокруг и между ногами. Разновысокое ведение, очень частое низкое ведение попеременно левой и правой рукой. Ведение двух мячей. В движении. Бег с поворотами и ведением мяча, с переводами мяча с руки на руку перед собой, за спиной и между ногами. Бег приставными шагами с ведением мяча, спиной вперед с ведением мяча. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Подвижные игры с ведением мяча. «Ведение с десятью отскоками от пола и передачей мяча», «Воробьи - вороны», «Пятнашки в парах», «Салки с ведением», «Командные салки», «Выбей мяч», «Кто быстрее», «Кто первый».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча. Ведение мяча на скорость. Челночный бег с ведением мяча.

Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов. Теория: анализ техники выполнения броска; анализ общих ошибок в исполнении броска; методика обучения броскам мяча в кольцо из различных положений. Практика: Упражнения для развития физических качеств, необходимых при выполнении броска мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Многократные броски набивного мяча в стену. Многократные передачи баскетбольного мяча в стену, постепенно увеличивая, расстояние от нее. Многократные передачи баскетбольного мяча на дальность. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски. Броски мяча одной от плеча со средних и дальних дистанций. Броски в прыжке. Броски с двух шагов. Подвижные игры с броском мяча. «Снайперы», «Шесть передач», «Трех очковый бросок», «Эстафета с передачами мяча и броском в кольцо».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов бросков мяча в кольцо. Контрольные броски мяча в кольцо.

Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 32 часов. Теория: Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Виды техничко-тактических действий. Анализ ошибок. Методика обучения техничко-тактическим действиям. Практика: Техничко-тактические действия в нападении. Индивидуальные действия: финты с мячом «на ведение», «на передачу», «на бросок» с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков; взаимодействия двух нападающих против одного защитника, двух защитников; взаимодействие игроков в нападении через заслон; взаимодействие трех нападающих против двух защитников Командные действия: нападение

быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче. Техничко-тактические действия в защите. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах, ведении противника, при отборе мяча. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Расположение игроков при зонной защите. Действия игроков при личной опеке.

Форма контроля: наблюдение и соревнование. Выполнение «финтов» с мячом в соревновании с другими игроками.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка – 28 часов.

Теория: Основные физические качества и методика их развития. Методика составления комплексов упражнений. Практика: Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости (подвижности в суставах). Упражнения для развития прыгучести. Специальная физическая подготовка включена в общефизическую подготовку и является частью физической подготовки занимающегося.

Форма контроля: тестирование физического развития.

Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 7 часов (в процессе тренировочных занятий и согласно календарю соревнований). Теория: правила проведения соревнований, Судейство соревнований. Практика: Принять участие в соревнованиях на первенство школы, города, района. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Практические занятия. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки. Форма контроля: Тестирование и соревнования.

1.5. Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы «Баскетбол»

В результате освоения программы обучающиеся должны **знать:**

- теоретические и методические основы системы физического воспитания;
- анатомо-физиологические особенности развития своего организма и влияние различных упражнений на его развитие;
- технику отдельных элементов и тактику игры в баскетбол;
- правила соревнований по баскетболу, методику организации и проведения соревнований различного уровня;
- методы врачебного контроля и самоконтроля в процессе тренировочных занятий и соревнований по баскетболу.

В результате освоения программы обучающиеся должны **уметь:**

- выполнять все элементы игры в баскетбол;
- выполнять командные тактические действия в защите и нападении;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу.

В результате освоения программы обучающиеся должны **владеть**:

- техникой элементов нападения и защиты игры в баскетбол;
- индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями защиты и нападения во время игры;
- навыками судейства.

Результаты освоения программы представлены личностными, развивающими и обучающими результатами. Результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол».

Обучающие результаты характеризуют опыт учащихся в теоретической и практической деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программного материала. Обучающиеся **будут**:

- понимать роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- владеть системой знаний об истории игры в баскетбол, правилах игры, организации и проведении соревнований по баскетболу;
- уметь подбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий по баскетболу с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- знать опыт организации самостоятельных систематических занятий по баскетболу с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширять опыт организации и мониторинга своего физического развития и физической подготовленности;
- владеть основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями игры баскетбол, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Личностные результаты. У обучающихся:

- будет сформировано ответственное отношение к обучению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- будет развито чувство патриотизма и морального сознания в решении проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- будет сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе занятий;
- будет развита потребность в здоровом и безопасном образе жизни;

- будут усвоены правила безопасного поведения во время занятий и соревнований.

Развивающие результаты характеризуют сформированность универсальных компетенций, обучающиеся:

- будут самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;

- будут самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и тренировочных задач;

- смогут соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- будут оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

- будут осуществлять самоконтроль, самооценку, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- будут знать как организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарно-тематический план программы «Баскетбол» базового уровня обучения.

Базовый уровень освоения программы «Баскетбол» рассчитан на 4 года, 864 часов на весь период обучения. Период обучения **на год** состоит из 36 недель, 3 раза в неделю, продолжительность занятия 2 часа, по 216 часов в год.

Первое полугодие составляет 17 недель, 51 занятие, 102 учебных часа. Второе полугодие составляет 19 недель, 57 занятий и 114 часов. Каникулы планируются с 01 по 9 января.

Занятия начинаются с 1 сентября, заканчиваются 31 мая, каникулы предусмотрены на новогодние праздники с 1 по 8 января.

Календарный учебный график представлен в Таблице 6, 7, 8, 9.

Календарно-тематические планы представлены в Приложении 3.

Таблица 6.

I полугодие

17 неделя

II полугодие

19 неделя

32

Таблица 7.

I полугодие

17

недель

II

полугодие

19

недель

33

Таблица 8.

I полугодие

17 неделя

II полугодие

19 неделя

34

Календарный план четвертого года обучения
Отделение "Баскетбол": базовый уровень обучения (группы: БУ-4)

Таблица 9.

I полугодие 17 недель																	II полугодие 19 недель																						
Месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				Каникулы с 01 января по 09 января	январь				февраль				март				апрель				май					
Количество учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36		
Количество часов в неделю	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6			
Количество часов в месяц	24				24				30				24					24				24				24				24				18					
Аттестация\ Формы контроля	Входящий контроль				Входящий контроль				Контроль теоретической подготовки				Контроль физической подготовки					Контроль вып. технических элементов				Контроль теоретической подготовки				Контроль спец. физ. подготовки				Контроль вып. технических элементов				Открытое первенство ДЮКФП				Контроль теоретической подготовки	
Объем нагрузки на один учебный год по группам: БУ-4 - 216 часов в год																																							

2.2. Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо методическое, материально-техническое; информационное и кадровое обеспечение.

Материально-техническое обеспечение образовательной программы

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал МБУ ДО «ДЮКФП» г. Керчь, спортивный комплекс «Судостроитель», ул. Орджоникидзе, 86 с баскетбольной площадкой, баскетбольными кольцами, МБОУ РК г. Керчь «Школа № 23» и МБОУ РК г. Керчь «Школа № 12». Залы для занятий по программе соответствуют требованиям Санитарно-эпидемиологических правил СП 2.4.3648-20. Имеют площадки с разметкой, раздевалки и туалеты для обучающихся. Объекты, в которых проходят занятия, находятся под охраной.

Спортивный инвентарь:

- баскетбольные мячи на каждого обучающегося;
- баскетбольные кольца и сетки;
- набивные мячи - на каждого обучающегося;
- перекладины для подтягивания в висе – 2–7 штук;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
- гимнастические маты 1- 6 шт.;
- гантели 5-8 шт.;
- футбольные и теннисные мячи.

Спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки – 5–7 шт.;
- гимнастическая стенка 2-10 шт.;
- баскетбольные стойки 2 шт.

Информационное обеспечение программы заключается в размещении информации на сайте МБУ ДО г. Керчь РК «ДЮКФП», где можно узнать информацию о работе отделения и достижениях обучающихся.

- <https://sport-kerch.do.am/index/>
- <https://vk.com/club86186148>

Педагогами ДО ведется видеосъемка занятий и выступления на соревнованиях для последующего анализа техники и тактики игры. Для контактов с родителями и обучающимися есть группа для общения в социальных сетях. Аудио и фото-информация выкладывается для родителей и обучающихся.

Положения о соревнованиях, достижения обучающихся, полезная информация размещена в группе «ВКонтакте»; «Федерация баскетбола г. Керчи»; «Стадион 50-летия Октября ДЮКФП г. Керчь»

Кадровое обеспечение разработки и реализации общеобразовательной программы осуществляется педагогами дополнительного образования, что закреплено профессиональным стандартом «Педагог дополнительного

образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403).

Программу реализуют педагоги дополнительного образования Жихарева Татьяна Юрьевна, стаж работы более 5 лет и Кожемяко Валерий Афанасьевич, стаж работы более 35 лет. Педагоги имеют высшее образование, регулярно повышают свое педагогическое мастерство на курсах и в соревновательной деятельности, имеют большой опыт работы в педагогических и спортивных организациях.

Методическое обеспечение

Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методические пособия по проведению занятий позволяют структурировать работу группы, скорректировать задачи обучения.

Видео- и фотоматериалы позволяют со стороны оценить процесс освоения двигательных действий, сравнить с выполнением технических элементов баскетбола ведущих игроков мира и страны. Разобрать тактические действия на примерах игры лучших команд.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов и уважительного отношения друг к другу.

Обучающиеся занимаются в группах по уровню спортивной подготовки и по годам рождения. Перевод на следующий год обучения осуществляется по результатам, показанным за год освоения программы. Девочки занимаются в своей подгруппе в общем занятии с мальчиками.

При обучении используются **основные методы** организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые, принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

Основные методы, используемые при организации проведения занятия: фронтальный, поточный, посменный, групповой, индивидуальный. Обучение технике проводится с использованием методов **специфических**, характерных для процесса тренировки и физического воспитания. К ним относятся метод строго регламентируемого упражнения (метод расчлененного упражнения, метод целостного упражнения, игровой метод, соревновательный метод).

Для **развития основных двигательных качеств** применяются методы: равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой.

Так же применяются и **общепедагогические** методы: словесные методы (беседа, объяснение, команда, инструктирование, разбор), методы обеспечения наглядного воздействия (метод непосредственной наглядности, метод опосредованной наглядности, метод направленного контроля двигательного действия).

Воспитательные методы, применяемый на занятиях, включают в себя многие из перечисленных выше, а так же методы убеждения, поощрения, мотивации и стимулирования.

Основными формами организации учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- учебно-тренировочные и спортивно-оздоровительные сборы;
- выполнение индивидуальных домашних заданий;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование.

Формы обучения и проведения занятий:

Теоретические занятия могут проводиться самостоятельно и в комплексе с практическими занятиями (например, в виде беседы, рассказа в течение 5-10 минут в начале практического урока или во время отдыха). При проведении теоретических занятий целесообразно отдельные положения теории подкреплять примерами из практики, иллюстрировать их рисунками и видеоматериалами. На теоретических занятиях баскетболист овладевает историческим опытом, теоретическими компонентами тактики игры, осваивает методические основы (планирование, методы обучения, тактику), овладевает способами наблюдения, регистрации и обобщения тренировочных и соревновательных данных. Теоретические и самостоятельные занятия могут проводиться и в дистанционном формате. *Практические занятия* подразделяются на учебные, учебно-тренировочные и контрольные и соревновательные.

Учебные занятия направлены на изучение безопасности на занятиях, обучение технико-тактическим действиям обучающихся, формирования у них умения выполнять технические элементы баскетбола, ознакомление с тактическими действиями и правилами игры.

В процессе *учебно-тренировочных* занятий не только разучивают новый материал и закрепляют пройденный ранее, но большое внимание уделяют повышению общей и специальной работоспособности.

Тренировочные занятия целиком посвящаются повышению эффективности выполнения ранее изученных движений, улучшению работоспособности, развития морально-волевых качеств, освоению технико-тактических действий учеников.

Контрольные и соревновательные занятия проводятся в форме соревнований с целью проверки уровня готовности юных баскетболистов. На таких занятиях принимаются зачёты по технике и физической подготовке, проводятся контрольные тесты и квалификационные соревнования. Контрольные занятия позволяют оценить качество проведенной учебно-тренировочной работы, успехи и недостатки отдельных ребят в плане психической, физической и технико-тактической подготовленности. Контрольные занятия обычно завершают изучение определенного раздела учебной программы, а также применяются для коррекции состава учебных групп или проверки качества работы педагога.

Во время организации и проведении всех занятий следует особое внимание обратить на соблюдение мер по предупреждению и профилактике травматизма, а также санитарно-гигиенических требований к местам занятий, оборудованию и спортивному инвентарю.

Все занимающиеся обязаны проходить врачебный и медицинский осмотр не реже 1 раза в 6 месяцев, а также перед участием в каждом соревновании.

Педагогические технологии, помогающие организовать процесс обучения, используются следующие: *технология группового обучения, технология индивидуального обучения, технология коллективного взаимообучения, технология проектной деятельности, технология развивающего обучения, коммуникативная технология.*

Здоровьесберегающие образовательные технологии: являются самыми значимыми из всех технологий, по степени влияния на здоровье учащихся, так как основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации. Одним из главных направлений здоровьесбережения считаем создание здорового психологического климата на занятиях баскетболом. Так, ситуация успеха способствует формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряженность, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников тренировочного процесса.

Игровая технология: практика показывает, что применение игровых технологий с учетом возрастных особенностей не теряет актуальности. Каждому возрасту соответствует свой набор игр, хотя бывают и исключения. Игровая технология является уникальной формой обучения, которая позволяет сделать обычный урок интересным и увлекательным. Игровая деятельность на занятиях занимает важное место в образовательном процессе. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам. Игровая деятельность дает возможность повысить у обучающихся интерес к тренировочным занятиям. Позволяет усвоить большее количество информации, основанной на примерах

конкретной деятельности, моделируемой в игре, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях.

Технология уровневой дифференциации. С помощью применения технологии уровневой дифференциации в обучении на занятиях по дзюдо можно укрепить здоровье и развивать двигательную активность обучающихся. Основные результаты занятий – профилактика заболеваемости у детей, а также повышение интереса к занятиям физическими упражнениями, возможность каждому реализоваться, добиваться успеха. Данный вид технологии может быть применен по следующим направлениям: - задание с учетом уровня подготовки, развития, особенности мышления и познавательного интереса к предмету; - учет не только достигнутого результата, но и динамики изменений физической подготовленности обучаемого; оценке работы на занятии; - привлечение обучающихся на дополнительные спортивные занятия и соревнования; - участие одаренных детей в турнирах различных уровней. Дифференциация обучения (дифференцированный подход в обучении) – это создание разнообразных условий обучения для различных групп с целью учета особенностей их контингента с помощью применения комплекса методических, психолого-педагогических и организационно-управленческих мероприятий, обеспечивающих обучение в гомогенных группах.

Технология личностно-ориентированного обучения. Технология личностно-ориентированного обучения предполагает развитие личностных (социально-значимых) качеств учащихся посредством учебных предметов. В начале занятий в секции выявить уровень физической подготовленности с помощью тестов и состояние здоровья обучающихся (по данным медицинских карт). Личностно-ориентированный и дифференцированный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин потери интереса к занятиям, а учащимся с высоким уровнем не интересно.

Алгоритм учебного занятия базового уровня по программе «Баскетбол»

Учебное занятие по баскетболу проводится по следующему алгоритму:

1. Подготовительная часть занятия.

- Построение обучающихся по росту, расчет по номерам, переключка.
- Объявление темы занятия и задач на занятие.

1.1. Теоретическая часть занятия. Теоретические занятия проводятся в форме бесед и лекций с демонстрацией наглядных пособий в зависимости от задач занятия, в начале, в середине, после разминки (если запланировано обучение новым элементам), в конце занятия для подведения итогов по обучению или демонстрации видеоматериалов с анализом техники выполнения элементов. Для обучающихся теоретический материал следует преподносить в популярной и доступной форме в виде 5-10 минутных групповых и индивидуальных бесед, широко применять наглядные пособия,

по возможности учебные фильмы. Следует давать задания по самостоятельному чтению популярной и специальной литературы по спортивным играм. Проводить анализ ошибок в исполнении технических элементов.

-Объяснение, рассказ, опрос по задачам занятия.

-Повторение правил техники безопасности на занятии.

1.2. Разминка общеразвивающая: ходьба и бег с заданием, комплексы упражнений для разминки шеи, рук, корпуса, ног. В разминку можно включать игры, эстафеты, упражнения из смежных видов спорта: легкой атлетики, гимнастики, акробатики, футбола. Упражнения должны быть направлены на разминку основных систем организма.

1.3. Разминка специальная: специальные упражнения для разминки, подобранные для решения задач основной части занятия. В специальную разминку подбираются упражнения для разминки тех систем организма, которые будут принимать участие в упражнениях основной части занятия, направленные на разогрев, растяжку, опорно-двигательного аппарата и мышц.

2. *Основная часть занятия* решает задачи, поставленные на занятие. Она может быть направлена на развитие специальных двигательных качеств баскетболиста, обучение, выработку навыков и совершенствование технико-тактических элементов игры. Проведение аттестации (может проводится в начале или в конце основной части): входящей и текущей (для анализа эффективности процесса обучения) и итоговой (для оценки результатов обучения).

2.1. Развитие физических качеств.

2.2. Обучение основам техники, скоростно-силовая подготовка.

2.3. Обучение основам техники, развитие общей выносливости.

3. *Заключительная часть занятия* проводится для подведения итогов занятия, восстановительных мероприятий, теоретических занятий, объявления оценок или результатов занятия.

3.1. Заминка: упражнения на расслабление или на внимание.

3.2. Объявление итогов занятия и задания для самостоятельной работы.

В арсенале используемых упражнений значительное место должны занимать специальные упражнения, а также упражнения на укрепление и развитие подвижности связочно-суставного и мышечного аппарата, выполняемые широкой амплитудой.

Несмотря на специализированную направленность в избранном виде спорта, следует в тренировочном процессе сохранить достаточное разнообразие применяемых средств.

Психологическая подготовка.

На ознакомительном уровне основной упор на занятиях групп делается на формирование интереса к спорту, правильной спортивной мотивации, общих нравственных и специальных морально-психологических чертах характера (особенно трудолюбии в тренировке и дисциплинированности при

соблюдении режима, чувстве ответственности за выполнение плана подготовки и результаты выступления, уважении к тренеру, требовательности к самому себе). Важно также обратить внимание на установление положительных межличностных отношений в коллективе, развитие простейших сенсомоторных реакций, внимания, навыков самоконтроль. В процессе занятий формировать чувство ответственности, дисциплине, честности и доброжелательности.

Дидактический материал состоит из требований педагога по оформлению домашних заданий и презентаций по избранной обучающимся теме. Описания последовательности выполнения приемов, необходимых для прохождения итогового контроля.

2.3. Формы аттестации и контроля

Формы и методы отслеживания результативности обучения: наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального физического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: скорость, скоростную выносливость, выносливость, скоростно-силовую работу, силу, овладение техническими и тактическими действиями в спортивных играх. При переходе с одного этапа на другой, дети проходят контрольную аттестацию. Такие условия перевода на следующий этап обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень общефизической подготовки обучающихся.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль ведется регулярно (в рамках расписания) осуществляется тренером, ведущим занятие.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения. Основными методами промежуточной аттестации по программе являются: - метод педагогического наблюдения; - участие в соревнованиях различного уровня; - сдача контрольных нормативов. В основе текущего и промежуточного контроля лежит тестирование физической подготовленности согласно таблице норм ВФСК ГТО, а также соревновательная и игровая деятельность. Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками.

Формы предъявления образовательных результатов - итоговая аттестация. При сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

Для развития творческих способностей детей предусмотрены упражнения в системе домашних заданий и заданий педагога на учебных занятиях таких как: придумывание новых упражнений, эстафет и подвижных игр, составление игровых комбинаций из двух-трех элементов составление простейших блоков для разминки из двух-трех упражнений, придумывание упражнений для различных частей тела, для различных групп мышц.

Программный материал и методическое обеспечение учебных занятий дают возможность развивать не только физические и технические параметры, но и способствует воспитанию волевых качеств. Средствами воспитания нравственных и волевых качеств являются сами физические упражнения, при выполнении которых воспитываются: патриотизм, честность, порядочность, взаимовыручка и целеустремленность, настойчивость и др. В качестве критерия нравственного уровня ребенка используется метод педагогических наблюдений, при помощи которого можно определить, насколько претерпели изменения личностные качества детей в процессе обучения.

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому параметру, которая и определяет уровень результативности освоения программы в соответствии с этапом обучения. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ спортивных достижений обучающихся. Лучшие спортсмены поощряются грамотами.

Оценочные материалы для определения уровня подготовленности определяется по возрасту, уровню развития физических качеств, освоением технических и тактических элементов. Аттестация учащихся по данной программе проводится в форме итогового занятия (теоретические знания, демонстрация техники двигательного действия). Глубина и прочность умений, навыков и знаний, а также их практическое применение отслеживаются по мере изучения каждой темы или технического элемента.

По итогам проводимых занятий, а также на основании результатов тестирования педагог выдает занимающимся индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий. Это особенно необходимо сделать для физически ослабленных обучающихся с целью их дополнительной самоподготовки, в частности, в каникулярное время, когда отсутствует организованная двигательная активность.

Цель аттестации – выявление соответствия уровня полученных обучающимися знаний, умений и навыков прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи аттестации:

- определение уровня теоретической и физической подготовки учащихся в конкретной образовательной области;
- выявление степени форсированности

практических умений и навыков в выбранном обучающимися виде спортивной деятельности;• анализ полноты освоения образовательной программы (или ее раздела) объединения;• соотнесение прогнозируемых результатов образовательной программы и реальных результатов учебного процесса.

Оценочные материалы представлены в Приложении 3.1. к данной программе.

2.4. Список используемой литературы

1. Анискина С.Н. Методика обучения тактике игры в баскетбол: методические разработки/С.Н. Анискина.-М.: ГЦОЛИФК, 1991.-38с.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений/ А.Я. Гомельский.-М.: Гранд, 1997, 224с.
3. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского/ А.Я. Гомельский.-М.: Гранд, 2002. -352с.
4. Железняк, Ю. Д. Теория и методика спортивных игр: учебник - М.: Академия, 2014.- 464 с.
5. Кузнецов В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: учебное пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2013. - 112 с.
6. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие / Б. Х. Ланда. – М.: Сов. спорт, 2008. – 208 с.
7. Лях, В. И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5–9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2014. - 208 с.
8. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008.
9. Лях, В. И. Физическая культура. 10–11 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях, А.А. Зданевич – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2009.
10. Матвеев, А. П. Физическая культура. 8–9 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Российская академия наук, Российская академия образования – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011.
11. Матвеев, А. П. Физическая культура. 6–7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Российская академия наук, Российская академия образования – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2009.
12. Методическое руководство для судей-секретарей по баскетболу. Москва, 2009.
13. Портнов Ю. М., Баскетбол. Примерная программа для ДЮСШ и СДЮШОР/ М.: Советский спорт, 2007, -100с.
14. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010.
15. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов. / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов. – 6-е изд. – М.: Академия, 2010. – 520 с.

Литература для обучающихся:

1. 100 лет российского баскетбола: история, события, люди (Текст) : справочник / Автор-составитель В.Б. Квасков. – М.: Советский спорт. 2006. – 274 с.: ил.

2. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского/ А.Я. Гомельский.-М.: Гранд, 2002. -352с.

3. Правила игры баскетбол (редакция 2022 года).

Литература для родителей:

1. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.

2. Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.

Интернет-ресурсы:

1. www.fiba.com - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола

2. www.fibaeurope.com - Вэб-сайт Европейской международной федерации баскетбола

3. www.basket.ru - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола

4. www.pro100basket.ru - Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России

5. www.mbl.su - Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги

6. www.cskabasket.com - Вэб-сайт ПБК "ЦСКА" Москва

7. www.vtb-league.com Вэб-сайт лиги ВТБ

3. Приложение

3.1. Оценочные материалы (Приложение 1):*критерии оценки освоения Программы, тесты, определяющие физическую, техническую и теоретическую подготовку.*

3.2. Методические материалы (Приложение 2):*методы, используемые на занятиях, методика Капустина по определению уровня воспитанности. Требования по безопасности занятий.*

3.3. Календарно-тематическое планирование (Приложение 3)

3.4. Лист корректировки (Приложение 4)

3.5. План воспитательной работы по программе (Приложение 5)

3.1. Оценочные материалы. (Приложение 1)

Таблица 10.

Критерии оценки и диагностическая карта по планируемым результатам обучения по программе «Баскетбол»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
1. Теоретическая подготовка максимум 20 баллов			
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы): - знание истории вида спорта и спортсменов-героев ВОВ; - знание техники безопасности, оказания первой помощи и самоконтроля; - знание методики развития основных физических качеств; - знание основ методики тренировки; - знание основ строения и функций организма; - знание основ здорового образа жизни;	соответствие теоретических знаний программным требованиям	Минимальный уровень (менее S объема знаний)	1б
			5б
		Средний уровень (более S объема знаний)	10б
		Максимальный уровень (практически весь объем знаний)	
1.2.-владение специальной терминологией - знание правил проведения и судейства соревнований.	-осмысленность и правильность использования терминов	Минимальный уровень (избегает употреблять специальные термины)	2 б
		Средний уровень (сочетает терминологию с бытовой)	5б
		Максимальный уровень (употребляет осознанно)	10б
Вывод	Уровень теоретической подготовки	Низкий Средний высокий	2-6 7-14 15-20
2. Практическая подготовка максимум 20 баллов			
2.1. Практические умения: - умение ставить цели и задачи подготовки на занятие; - умение анализировать выполнение технико-тактических элементов;	-соответствие практических умений и навыков требованиям программы; -владение знаниями и	Минимальный уровень (не может повторить цели и задачи занятия; не может объяснить последовательность выполнения)	2 б

-умение составить комплекс упражнений для самостоятельного занятия; -умение подобрать упражнения из разных видов спорта для упражнений общей физической подготовки; -умение оказать первую помощь при несчастном случае; -умение провести разминку с обучающимися младшего возраста.	умение применить;	их упражнения; не может показать упражнения для разминки; не может объяснить правила техники безопасности и оказать первую помощь)	5 б
		Средний уровень (не может сформулировать цели и задачи после объяснения педагога темы занятия; путается в анализе ошибок в технике выполнения упражнения; показывает упражнения без объяснения и голосового сопровождения; знает правила техники безопасности, но не может оказать первую помощь)	
2.2. Творческие умения: - умение поставить задачи занятия после объяснения педагога темы;	2.2. Креативность выполнения практических заданий	Максимальный уровень (может определить где цель занятия и какие задачи на занятие ставит педагог; объясняет ошибки в выполнении техники упражнений; может составить комплекс упражнений для разминки; может провести разминку самостоятельно с младшими обучающимися; знает правила техники безопасности и может оказать первую помощь) Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок	10 б 1 б 2 б

-умение проанализировать технику выполнения упражнения и выявить ошибку; -умение подобрать упражнения для специальной физической подготовки для развития определенного физического качества; -умение провести игры и эстафеты для разминки перед\после занятием.		в состоянии выполнять простейшие практические задания)	5 б
		Репродуктивный (выполняет задание на основе образца)	10 б
		Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	
Вывод	Уровень практической подготовки	Низкий Средний высокий	2-6 7-14 15-20

Таблица 11.

МОНИТОРИНГ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
Организационно-волевые максимум 20 баллов			
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее чем на S занятия	1 б
		Терпения хватает более чем на S занятия	5 б
		Терпения хватает на всё занятие	10 б
1.2. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля из вне	1 б
		Периодически контролирует сам себя	5 б
		Постоянно контролирует сам себя	10 б
Вывод	Уровень сформированности организационно-волевых качеств	Низкий Средний Высокий	До 2 До 10 До 20

Таблица 12.

Диагностическая карта по планируемым результатам освоения программы «Баскетбол»

Раздел подготовки	Показатели (оцениваемые параметры)	ФИО 1	ФИО 2	ФИО 3	ФИО 4	ФИО 5	ФИО 6	ФИО 7	ФИО 8	ФИО 9	ФИО 10	ФИО 11	ФИО 12	ФИО 13	ФИО 14	ФИО 15
1. Теоретическая подготовка: максимум 20 баллов																
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы): 10 баллов	знание истории вида спорта и спортсменов-героев Великой Отечественной войны															
	знание техники безопасности, оказания первой помощи и самоконтроля															
	знание методики развития основных физических качеств;															
	знание основ методики тренировки															
	знание основ строения и функций организма															
	знание основ здорового образа жизни															

1.2. Владение специальной терминологией. 10 баллов	знание правил проведения и судейства соревнований.															
Уровень теоретической подготовки в баллах. ВСЕГО:																
Низкий	от 2 до 6 баллов															
Средний	от 7 до 14 баллов															
Высокий	от 15 до 20 баллов															
2. Практическая подготовка: максимум 20 баллов																
2.1. Практические умения: 10 баллов	умение ставить цели и задачи подготовки на занятие;															
	умение анализировать выполнение технико-тактических элементов;															
	умение составить комплекс упражнений для самостоятельного занятия															
	умение подобрать упражнения из разных видов спорта для упражнений общей физической подготовки															
	умение оказать первую помощь при несчастном случае															

	умение провести разминку с обучающимися младшего возраста															
2.2. Творческие умения: 10 баллов	умение поставить задачи занятия после объяснения педагога темы															
	умение проанализировать технику выполнения упражнения и выявить ошибку															
	умение подобрать упражнения для специальной физической подготовки для развития определенного физического качества															
	умение провести игры и эстафеты для разминки перед\после занятием															
Уровень практической подготовки в баллах. ВСЕГО:																
Низкий	от 2 до 6 баллов															
Средний	от 7 до 14 баллов															
Высокий	от 15 до 20 баллов															
3. Организационно-волевые максимум 20 баллов																

1.1. Терпение 10 баллов	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности															
1.2. Самоконтроль 10 баллов	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)															
Уровень сформированности организационно-волевых качеств. ВСЕГО:																
Низкий	от 2 до 6 баллов															
Средний	от 7 до 14 баллов															
Высокий	от 15 до 20 баллов															

Таблица 13.

Показатели уровня воспитанности обучающихся

Критерии оценивания	Показатели	Методика диагностики показателя
Теоретическая подготовка	Уровень знаний по ТБ Основы знаний ЗОЖ Освоение элементарных знаний	Устный опрос. Тестирование
Физическая подготовка	Уровень физической подготовленности	Тестирование
Духовно-нравственная сфера	Уровень воспитанности Ценностные ориентации	Уровень воспитанности учащихся (методика Н. П. Капустина)*
Эмоционально-волевая сфера	Самоконтроль, саморегуляция	Наблюдение

*Описание методики в Приложении 3.2.

Таблица 14.

Тестирование физической подготовки обучающихся

Тесты	Результат					
	высокий		средний		низкий	
	М	Д	М	Д	М	Д
Ведение мяча 15 метров с обводкой стоек (через 3 метра) туда и обратно, (сек)	10	11	10,5	11,5	11	12
	8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
	8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10,1
	8,4	9,4	8,7	9,6	9,1	10,0
Челночный бег 3х10м с ведением мяча, (сек)	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,3
	8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,1
	8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
Штрафной бросок (из 10 бросков)	5	5	4	4	3	3
	5	5	4	4	3	3
	6	6	5	5	4	4
	6	6	5	5	4	4
Бросок в кольцо после ведения мяча (10 попыток)	5	5	4	4	3	3
	6	6	5	5	4	4
	7	7	6	6	5	5
	8	8	7	7	6	6

Таблица 15.

Уровень физической подготовленности учащихся 11 – 16 лет

Физические способности	Контрольное упражнение	Возраст лет	Уровень	
			Мальчики	Девочки

	(тест)		Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Скоростные	Бег 30 м, с	11	6,3 и	6,1—5,5	5,0 и ниже	6,4 и	6,3—5,7	5,1 и
		12	выше	5,8—5,4	4,9	выше	6,2—5,5	ниже
		13	6,0	5,6—5,2	4,8	6,3	6,0—5,4	5,0
		14	5,9	5,5—5,1	4,7	6,2	5,9—5,4	5,0
		15	5,8	5,3—4,9	4,5	6,1	5,8—5,3	4,9
		16	5,5			6,0		4,9
Координационные	Челночный бег 3х10 м, с	11	9,7 и	9,3—8,8	8,5 и ниже	10,1 и	9,7—9,3	8,9 и
		12	выше	9,0—8,6	8,3	выше	9,6—9,1	ниже
		13	9,3	9,0—8,6	8,3	10,0	9,5—9,0	8,8
		14	9,3	8,7—8,3	8,0	10,0	9,4—9,0	8,7
		15	9,0	8,4—8,0	7,7	9,9	9,3—8,8	8,6
		16	8,6			9,7		8,5
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	11	140 и	160—180	195 и	130 и	150—175	185 и
		12	ниже	165—180	выше	ниже	155—175	выше
		13	145	170—190	200	135	160—180	190
		14	150	180—195	205	140	160—180	200
		15	160	190—205	210	145	165—185	200
		16	175		220	155		205
Выносливость	6-минутный бег, м	11	900 и	1000—	1300 и	700 и	850—	1100 и
		12	менее	1100	выше	ниже	1000	выше
		13	950	1100—	1350	750	900—	1150
		14	1000	1200	1400	800	1050	1200
		15	1050	1150—	1450	850	950—	1250
		16	1100	1250—	1500	900	1100—	1300
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11	2 и ниже	6—8	10 и выше	4 и ниже	8—10	15 и
		12	2	6—8	10	5	9—11	выше
		13	2	5—7	9	6	10—12	16
		14	3	7—9	11	7	12—14	18
		15	4	8—10	12	7	12—14	20
		16						20
Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса кол-во раз (мальчики)	11	1	4—5	6 и выше			
		12	1	4—6	7			
		13	1	5—6	8			
		14	2	6—7	9			
		15-16	3	7—8	10			
	на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	11				4 и ниже	10—14	19 и
		12				4	11—15	выше
		13				5	12—15	20
		14				5.	13—15	19
		15				5	12—13	17
		16						16

3.2. Методические материалы (Приложение 2)

Мониторинг воспитанности учащихся (методика Н.П. Капустина)

Схема предназначена для использования педагогами и включает оценивание 6-ти качеств личности: любознательности, трудолюбия бережного отношения к природе, отношение к секции, красивое в жизни ученика, отношение к себе.

По каждому качеству выводится одна среднеарифметическая оценка. В результате каждый ученик имеет 5 оценок.

Оценка результатов:

- 5 – всегда
- 4 – часто
- 3 – редко
- 2 – никогда
- 1 – у меня другая позиция

Затем 5 оценок складываются и делятся на 5. Средний балл и является условным определением уровня воспитанности.

Средний балл

- 5 — 4,5 – высокий уровень (в)
- 4,4 – 4 – хороший уровень (х)
- 3,9 – 2,9 – средний уровень ©
- 2,8 – 2 – низкий уровень (н)

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности обучающихся

№ п/п	Фамилия, имя ученика	Любознательность		Прилежание		Отношение к природе		Я и секция		Прекрасное в моей жизни		Средний балл		Уровень воспитанности	
		сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог

В секции _____ обучающихся

- _____ имеют высокий уровень воспитанности
- _____ имеют хороший уровень воспитанности
- _____ имеют средний уровень воспитанности
- _____ имеют низкий уровень воспитанности

Критерии	САМ	ПЕДАГОГ	Итог
1. Любознательность: • мне интересно учиться			

• я люблю читать			
• мне интересно находить ответы на непонятные вопросы			
• я всегда выполняю домашнее задание			
• достигать хорошие результаты			
2. Прилежание:			
• я старателен в занятиях			
• я внимателен			
• я самостоятелен			
• я помогаю другим в делах и сам обращаюсь за помощью			
• мне нравится самообслуживание в секции и дома			
3. Отношение к природе:			
• я берегу землю			
• я берегу растения			
• я берегу животных			
• я берегу природу			
4. Я и школа:			
• я выполняю правила для обучающихся			
• я выполняю правила безопасности в зале			
• я добр в отношениях с людьми			
• я участвую в делах группы			
• я справедлив в отношениях с людьми			
5. Прекрасное в моей жизни:			
• я аккуратен и опрятен			
• я соблюдаю культуру поведения			
• я забочусь о здоровье			
• я умею правильно распределять время тренировок и отдыха			
• у меня нет вредных привычек			

№ п/п	Фамилия, имя ученика	Любознательность		Прилежание		Отношение к природе		Я и секция		Прекрасное в моей жизни		Средний балл		Уровень воспитанности	
		сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог
1	К.И	4,7	4,6	4	4,4	3,7	5	4	4,4	4,3	4,4	4,14	4,56	X	B
2	Д.С	4,2	4,6	3,6	3,8	4,3	4,2	3,4	4,2	4,2	4,2	3,94	4,2	C	X
3	С.В	4,4	4,2	3,6	3,6	5	4,4	3,4	3,6	3,6	4,2	4	4	X	X

ИНСТРУКЦИЯ

По безопасности при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футбол, баскетбол.)

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае с обучающимся руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с

правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надёжность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверять состояние и отсутствие посторонних предметов на пол или спортивной площадке.

2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Строго соблюдать правила проведения подвижной игры.

3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения. при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.

5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

УТВЕРЖДАЮ:
Президент МОО
«Федерация
баскетбола города
Керчи».

Н.В. Туленко

СОГЛАСОВАНО:
Начальник
управления
образования
Администрации
муниципального
округа город Керчь

О.Ю. Адаменко

СОГЛАСОВАНО:
Начальник отдела по
вопросам физической
культуры и спорта,
работе с детьми и
молодёжью

О.О. Пронин

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБУ ДО г.
Керчи РК «ДЮКФП»

А.В. Ганжелюк

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении первенства города Керчи по мини-баскетболу среди учащихся
общеобразовательных учебных заведений
до 13 лет (2011 года рождения и младше)

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- формирование здорового образа жизни;
- привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- определение уровня спортивно-оздоровительной работы и выявление сильнейших спортсменов г. Керчи для дальнейшего участия в первенствах, чемпионатах, турнирах РК, ЮФО;
- укрепление дружеских связей среди спортивных клубов учебных заведений, организаций;
- популяризация баскетбола как вида спорта.

2. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ

2.1. Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляет МОО «Федерация баскетбола города Керчи».

2.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на МОО «Федерация баскетбола города Керчи».

2.3. Главный судья турнира Туленко Н.В., +79129109411

3. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

3.1. Соревнования проводятся в городе Керчи во дворце спорта «Судостроитель», расположенном по адресу: ул. Орджоникидзе 86.

3.2. Сроки проведения: 25-29 октября 2023 г.

3.3. Начало соревнований 25 октября 2023 года в 15.00.

3.4. Жеребьевка команд проводится до 24 октября 2023 г. на основании предварительных технических заявок. Заявки отправляются на адрес эл. почты: basretball_federation_kerch@mail.ru.

4. СИСТЕМА ПРОВЕДЕНИЯ

4.1. Соревнования проводятся по действующим правилам мини баскетбола Международной федерации баскетбола (ФИБА).

4.2. Соревнования проводятся в возрастной категории мальчики 2011 г.р. и младше.

К соревнованиям могут быть допущены игроки 2010 г.р., не более двух человек.

4.3. Состав команды 12 игроков + 1 представитель команды.

5. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА

5.1. К соревнованиям допускаются участники, прошедшие медицинский осмотр и получившие допуск врача, завизированный на заявке команды (Приложение 1).

5.2. Законные представители игроков, указанных в заявке представляют согласие на участие (Приложение 2).

6. НАГРАЖДЕНИЕ

6.1. Команда и тренер, занявшая 1 место награждается кубком, медалями и дипломами.

6.2. Команды и тренеры, занявшие 2 и 3 места, награждаются медалями и дипломами.

6.3. В каждой команде лучшие игроки награждаются дипломами.

7. ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ

- 7.1. Расходы, связанные с организацией, проведением и оплатой судейства и врачебной бригады, приобретением наградной атрибутики и питания несёт МОО «Федерация баскетбола города Керчи».
- 7.2. Для проведения соревнований спортивный зал во дворце спорта «Судостроитель» предоставляется МБУ ДО г. Керчи РК «ДЮКФП».
- 7.3. Расходы, связанные с командированием команды, несет командирующая организация.
- Данное положение является официальным приглашением на соревнование.**

ОБРАЗЕЦ ЗАЯВКИ

от команды _____
на участие в первенстве города Керчи по мини-баскетболу среди учащихся
общеобразовательных учебных заведений
до 13 лет (2011 года рождения и младше)

№	Ф.И.О	Дата рождения	Серия и № свидетельства о рождении	Адрес проживания	Допуск врача
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Допущено	игроков.	Капитан команды (ФИО)
----------	----------	--------------------------

Тренер команды

Врач

подпись

Фамилия, имя, отчество
полностью

Руководитель
командирующей
организации
М.П.

подпись

Фамилия, имя, отчество
полностью

3.3. Календарно-тематический план (Приложение 3)

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник отдела
по группам и видам спорта

«УТВЕРЖАЮ»

Директор МБУ ДО
г. Керчи РК «ДЮКФП»

«___» _____ 202__ г.

«___» _____ 202__ г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Педагога дополнительного образования

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Керчи
Республики Крым «Детско-юношеский клуб физической подготовки»

Занятий группы базового уровня 1 год обучения

БУ-1 – 2 часа 3 раза в неделю

Отделение «Баскетбол»

1-е полугодие 17 недель

№ п/п	Дата проведения		Тема занятия	Количество часов	Формы контроля
	По плану	По факту			
1			Первичный инструктаж по ТБ. Правила техники безопасности на занятиях в спортивном зале. ОФП. Стойки игрока.	2	
2			Правила техники безопасности во время упражнений с мячами. ОФП. Стойки игрока. Перемещения в стойке. Подвижные игры.	2	
3			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2	Входящий контроль
4			Разминка. ОФП. Остановка двумя шагами и прыжком. Техника ведения мяча. Игры на внимание.	2	
5			Разминка. ОФП. Повороты без мяча и с мячом. Подвижные игры с элементами перемещений.	2	
6			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
7			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника	2	

			ведения мяча с высоким отскоком. Подвижные игры.		
8			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд с ведением мяча. Игры с мячом.	2	
9			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение. Подвижные игры с элементами перемещений.	2	
10			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение в подвижных играх с ведением мяча.	2	Самоконтроль: пульсометрия
11			Разминка. ОФП. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Способы передачи мяча. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
12			Разминка. ОФП. Техника ловли мяча двумя руками на месте. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	2	Теоретический опрос
13			Разминка. ОФП. Техника передачи двумя руками сверху. Ловля мяча на месте. Техника ведения мяча по прямой. Эстафеты с мячами.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
14			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками от плеча. Ведение мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
15			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками от груди.	2	
16			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча снизу.	2	Теоретический опрос
17			Разминка. ОФП. Передача мяча сверху с отскоком. Повторение перемещений с мячами. Игры.	2	
18			Разминка. ОФП. Передача мяча от плеча. Перемещения с мячом. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	2	Самоконтроль: пульсометрия
19			Разминка. ОФП. Перемещения. Техника ведения мяча с низким отскоком. Передача мяча двумя руками от груди с отскоком. Игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
20			Разминка. ОФП. Контроль выполнения технических	2	Текущий контроль

			элементов. Подвижные игры.		выполнения технических элементов
21			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с высоким и низким отскоком в эстафетах. Передачи мяча двумя руками сверху. Игры.	2	
22			Разминка. ОФП. Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком. Ведение мяча. Подвижные игры.	2	
23			Разминка. ОФП. Передача мяча от груди двумя руками с отскоком. Ведение мяча с изменением перемещения.	2	Теоретический опрос
24			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча в низкой и высокой стойках. Передачи двумя руками. Подвижные игры.	2	
25			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с изменением направления движения. Передачи мяча в подвижных играх.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
26			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.	2	
27			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	2	
28			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры с элементами ведения.	2	Самоконтроль: пульсометрия
29			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.	2	Контроль развития спец физ качеств
30			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты с ведением мяча.	2	
31			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры с ведением мяча.	2	

32			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры с передачами мяча.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
33			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты с мячами.	2	
34			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	
35			Лекция о развитии баскетбола, выдающихся спортсменах. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	2	Самоконтроль: пульсометрия
36			ОФП. Строевые упражнения. Выход для получения мяча. Упражнения для развития гибкости.	2	
37			ОФП. Выход для получения мяча. Ведение мяча на месте, по дугам, по прямой, по кругам. Сочетание изученных элементов.	2	
38			ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Упражнения для развития гибкости.	2	
39			ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Упражнения для развития выносливости.	2	Контроль спей физ подготовки. Тестирование
40			ОФП. Броски в корзину. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	2	
41			ОФП. Передача мяча двумя руками с места, в движении, в прыжке. Сочетание изученных элементов. Игра по упрощенным правилам.	2	
42			ОФП. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	2	
43			ОФП. Ведение мяча на месте, по дугам, по прямой, по кругам. Сочетание изученных элементов.	2	
44			ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Игра по упрощенным правилам. Упражнения для развития	2	Самоконтроль: пульсометрия

			гибкости.		
45			ОФП. Строевые упражнения. Ловля мяча двумя руками на месте. Упражнения для развития выносливости.	2	
46			Сведения о строении детского организма. Подвижные игры «Салки», «Перестрелка», «Борьба за мяч».	2	Теоретический контроль. Опрос
47			ОФП. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча без зрительного контроля. Упражнения для развития быстроты.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
48			ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Упражнения для развития гибкости.	2	Текущий контроль общей физ подготовки
49			ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Упражнения для развития гибкости.	2	
50			ОФП. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	2	
51			ОФП. Ведение мяча на месте, по дугам, по прямой, по кругам. Сочетание изученных элементов.	2	
ИТОГО:				102 часа	

2-е полугодие 19 недель

№ п/п	Дата проведения		Тема занятия	Количество часов	Примечание
	По плану	По факту			
1			Вводный инструктаж по ТБ на занятиях в зале. Разминка. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Входящий контроль выполнения технических элементов
2			ТБ во время занятий с мячами. Разминка. ОФП.	2	
3			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	Самоконтроль : пульсометрия
4			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	2	
5			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Текущий контроль спец физ развития

6			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
7			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
8			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Текущий контроль общей физ подготовки
9			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
10			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
11			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
12			Разминка. ОФП. Контроль за выполнением технических элементов. Игры.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
13			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
14			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
15			Разминка. ОФП. Прием контрольных нормативов по ОФП.	2	
16			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Самоконтроль : пульсометрия
17			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
18			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
19			Разминка. ОФП. Выполнение	2	

			бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.		
20			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	
21			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
22			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
23			Разминка. ОФП. Техника противодействия получению мяча. Передачи двумя руками. Ведение мяча по дуге. Подвижные игры.	2	
24			Разминка. ОФП. Бросок мяча одной рукой с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Противодействие получению мяча. Эстафеты с ведением.	2	
25			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	Самоконтроль : пульсометрия
26			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в парах. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
27			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках с перемещением. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	
28			Разминка. ОФП. Техника броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Эстафеты с передачами мяча.	2	Самоконтроль : пульсометрия
29			Разминка. ОФП. Техника броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с заданием. Эстафеты с передачами мяча.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
30			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину одной рукой с места. Подвижные игры.	2	

31			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину двумя руками с места. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
32			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину в движении. Передачи в парах. Ведение по дуге. Эстафеты с ведением мяча.	2	
33			Разминка. ОФП. Система нападения через центрального. Игра в нападении и защите. Броски в кольцо с места. Ведение мяча. Игра 5х5	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
34			Разминка. ОФП. Сдача контрольных нормативов.	2	
35			Разминка. ОФП. Противодействие розыгрышу мяча. Игра в нападении и защите. Броски в кольцо. Игра 5х5	2	
36			Разминка. ОФП. Обводка соперника с изменением направления. Броски в кольцо одной рукой. Игра 5х5	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
37			Разминка. ОФП. Обводка соперника с изменением скорости. Передачи мяча в тройках. Игра 5х5	2	
38			Разминка. ОФП. Двусторонняя игра.	2	
39			Роль питания в режиме спортсмена. Противодействие получению мяча. Упражнения для развития силы.	2	Теоретический опрос
40			ОФП. Строевые упражнения. Противодействие получению мяча. Упражнения для развития скорости.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
41			ОФП. Прыжок толчком двух ног. Техника защиты. Игра по упрощенным правилам.	2	
42			ОФП. Противодействие розыгрышу мяча. Бросковые упражнения. Упражнения для развития гибкости.	2	
43			ОФП. Выход для получения мяча. Техника защиты. Упражнения для развития скорости.	2	Самоконтроль : пульсометрия
44			ОФП. Ловля мяча двумя руками в движении. Ловля мяча двумя руками в прыжке. Игра по упрощенным правилам.	2	
45			ОФП. Ловля мяча двумя руками	2	Текущий

			при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Сочетание изученных элементов.		контроль выполнения технических элементов
46			ОФП. Скрестный выход. Бросковые упражнения. Упражнения для развития гибкости.	2	
47			ОФП. Передача мяча двумя руками с места, в движении, в прыжке. Сочетание изученных элементов. Игра по упрощенным правилам.	2	
48			ОФП. Прыжок толчком двух ног. Техника защиты. Игра по упрощенным правилам.	2	
49			ОФП. Противодействие розыгрышу мяча. Бросковые упражнения. Упражнения для развития гибкости.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
50			ОФП. Выход для получения мяча. Техника защиты. Упражнения для развития скорости.	2	
51			ОФП. Ловля мяча двумя руками в движении. Ловля мяча двумя руками в прыжке. Игра по упрощенным правилам.	2	
52			ОФП. Ловля мяча двумя руками при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку. Сочетание изученных элементов.	2	
53			ОФП. Скрестный выход. Бросковые упражнения. Упражнения для развития гибкости.	2	Теоретический контроль. Опрос
54			ОФП. Передача мяча двумя руками с места, в движении, в прыжке. Сочетание изученных элементов. Игра по упрощенным правилам.	2	
55			ОФП. Прыжок толчком двух ног. Техника защиты. Игра по упрощенным правилам.	2	
56			ОФП. Противодействие розыгрышу мяча. Бросковые упражнения. Упражнения для развития гибкости.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
57			ОФП. Прыжок толчком двух ног. Техника защиты. Игра.	2	
ИТОГО:			114 часов		

	Всего по программе	216
--	--------------------	-----

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник отдела
по группам и видам спорта

«УТВЕРЖАЮ»
Директор МБУ ДО
г. Керчи РК «ДЮКФП»

« » 202 г. « » 202 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Педагога дополнительного образования

**Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Керчи
Республики Крым «Детско-юношеский клуб физической подготовки»**

Занятий группы базового уровня обучения 2 год

БУ-2 – 2 часа 3 раза в неделю

Отделение «Баскетбол»

1-е полугодие 17 недель

№п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1			Первичный инструктаж по ТБ. Правила техники безопасности на занятиях в спортивном зале. ОФП. Стойки игрока.	2	Самоконтроль: пульсометрия; ТБ на занятии. Опрос
2			Правила техники безопасности во время упражнений с мячами. ОФП. Стойки игрока. Перемещения в стойке. Подвижные игры.	2	Входящий контроль выполнения технических элементов
3			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2	Входящий контроль общей физ подготовки
4			Разминка. ОФП. Остановка двумя шагами и прыжком. Техника ведения мяча. Игры на внимание.	2	
5			Разминка. ОФП. Повороты без мяча и с мячом. Подвижные игры с элементами перемещений.	2	Опрос теоретических знаний
6			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2	Входящий контроль спец физических качеств

7			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча с высоким отскоком. Подвижные игры.	2	
8			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд с ведением мяча. Игры с мячом.	2	Опрос теоретических знаний
9			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение. Подвижные игры с элементами перемещений.	2	
10			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение в подвижных играх с ведением мяча.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
11			Разминка. ОФП. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Способы передачи мяча. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
12			Разминка. ОФП. Техника ловли мяча двумя руками на месте. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
13			Разминка. ОФП. Техника передачи двумя руками сверху. Ловля мяча на месте. Техника ведения мяча по прямой. Эстафеты с мячами.	2	Опрос теоретических знаний
14			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками от плеча. Ведение мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
15			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками от груди.	2	
16			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча снизу.	2	
17			Разминка. ОФП. Передача мяча сверху с отскоком. Повторение перемещений с мячами. Игры.	2	Контроль общей физ подготовки
18			Разминка. ОФП. Передача мяча от плеча. Перемещения с мячом. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	2	Опрос теоретических знаний
19			Разминка. ОФП. Перемещения.	2	

			Техника ведения мяча с низким отскоком. Передача мяча двумя руками от груди с отскоком. Игры.		
20			Разминка. ОФП. Контроль выполнения технических элементов. Подвижные игры.	2	
21			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с высоким и низким отскоком в эстафетах. Передачи мяча двумя руками сверху. Игры.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
22			Разминка. ОФП. Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком. Ведение мяча. Подвижные игры.	2	
23			Разминка. ОФП. Передача мяча от груди двумя руками с отскоком. Ведение мяча с изменением перемещения.	2	
24			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча в низкой и высокой стойках. Передачи двумя руками. Подвижные игры.	2	Контроль спец физ подготовки
25			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с изменением направления движения. Передачи мяча в подвижных играх.	2	Опрос теоретических знаний
26			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.	2	
27			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
28			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры с элементами ведения.	2	
29			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.	2	Опрос теоретических знаний
30			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками	2	

			сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты с ведением мяча.		
31			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры с ведением мяча.	2	
32			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры с передачами мяча.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
33			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты с мячами.	2	
34			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	Опрос теоретических знаний
35			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	
36			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	2	
37			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
38			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
39			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
40			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
41			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча.	2	

			Передачи мяча с ведением. Игры.		
42			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Текущий контроль спец физ подготовки
43			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
44			Разминка. ОФП. Контроль за выполнением технических элементов. Игры.	2	
45			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Опрос теоретических знаний
46			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
47			Разминка. ОФП. Прием контрольных нормативов по ОФП.	2	Текущий контроль общей физ подготовки
48			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
49			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
50			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
51			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
	Всего:			102 часа	

Баскетбол «БУ-2» 2-е полугодие 19 недель

№п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1			Вводный инструктаж по ТБ на занятиях в зале. Разминка. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Опрос теоретических знаний о ТБ на занятии
2			ТБ во время занятий с мячами. Разминка. ОФП.	2	
3			Разминка. ОФП. Повторения перемещений. Техника прыжка толчком одной ноги. Ведение мяча по прямой. Бросок в кольцо двумя руками. Игры.	2	
4			Разминка. ОФП. Перемещения с изменением направлений. Техника прыжка толчком двух ног. Броски в кольцо. Игры.	2	
5			Разминка. ОФП. Перемещения, прыжки, повороты в движении. Ведение мяча. Эстафеты.	2	
6			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча одной рукой с места. Ведение мяча по прямой. Эстафеты с ведением.	2	Текущий контроль общей физ подготовки
7			Разминка. ОФП. Техника передач одной рукой с места. Ведение мяча с поворотом. Игры с мячом.	2	
8			Разминка. ОФП. Техника броска мяча одной рукой с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
9			Разминка. ОФП. Техника броска мяча одной рукой с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой с высоким отскоком. Эстафеты.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
10			Разминка. ОФП. Техника броска мяча одной рукой с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой с низким отскоком. Игры.	2	
11			Разминка. ОФП. Техника броска мяча одной рукой с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой. Игры с мячом.	2	
12			Разминка. ОФП. Ведение мяча по дугам. Броски мяча в	2	Опрос теоретических

			кольцо с отскоком. Передачи мяча двумя руками. Подвижные игры.		знаний
13			Разминка. ОФП. Техника выхода для получения мяча. Передачи мяча двумя руками. Эстафеты с ведением и передачами.	2	Текущий контроль спец физ подготовки
14			Разминка. ОФП. Ведение мяча по дугам. Броски мяча в кольцо с отскоком. Передачи мяча двумя руками. Подвижные игры.	2	
15			Разминка. ОФП. Бросок мяча одной рукой с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Ведение мяча по прямой. Игры с мячом.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
16			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину одной рукой с места. Передачи мяча двумя руками. Эстафеты с ведением мяча.	2	
17			Разминка. ОФП. Бросок мяча в корзину одной рукой с места. Ведение с изменением направления. Подвижные игры.	2	
18			Разминка. ОФП. Бросок мяча в корзину одной рукой с места. Ведение с изменением направления. Подвижные игры.	2	Контроль теоретических знаний. Опрос
19			Разминка. ОФП. Бросок мяча в корзину одной рукой с места. Ведение с изменением направления. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
20			Разминка. ОФП. Бросок мяча одной рукой с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Эстафеты с ведением мяча.	2	
21			Разминка. ОФП. Техника броска мяча из-под кольца с отскоком от щита. Подвижные игры с элементами ведения мяча и передач.	2	Опрос теоретических знаний
22			Разминка. ОФП. Передачи мяча двумя руками, одной рукой, из-за головы на месте. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов

			Выход для получения мяча. Игры с мячом.		
23			Разминка. ОФП. Техника противодействия получению мяча. Передачи двумя руками. Ведение мяча по дуге. Подвижные игры.	2	
24			Разминка. ОФП. Бросок мяча одной рукой с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Противодействие получению мяча. Эстафеты с ведением.	2	Самоконтроль: пульсометрия
25			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	
26			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в парах. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	Опрос теоретических знаний
27			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках с перемещением. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	
28			Разминка. ОФП. Техника броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Эстафеты с передачами мяча.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
29			Разминка. ОФП. Техника броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с заданием. Эстафеты с передачами мяча.	2	
30			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину одной рукой с места. Подвижные игры.	2	
31			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину двумя руками с места. Подвижные игры.	2	
32			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину в движении. Передачи в парах. Ведение по дуге. Эстафеты с ведением мяча.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
33			Разминка. ОФП. Броски мяча в	2	

			корзину в движении. Передачи в парах. Ведение по дуге. Игры с ведением мяча.		
34			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину в движении. Передачи в парах. Ведение по дуге. Эстафеты с ведением мяча.	2	
35			Разминка. ОФП. Техника розыгрыша мяча. Передачи в тройках. Эстафеты с ведением мяча.	2	Опрос теоретических знаний
36			Разминка. ОФП. Техника розыгрыша мяча. Передачи в квадрате. Игры с ведением мяча.	2	
37			Разминка. ОФП. Техника противодействия розыгрышу мяча. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
38			Разминка. ОФП. Техника противодействия розыгрышу мяча. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Передачи в парах, стоя на месте.	2	
39			Разминка. ОФП. Техника противодействия розыгрышу мяча. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Передачи в тройках, стоя на месте. Игры с мячом.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
40			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в парах с мячами. Броски в кольцо с места. Эстафеты.	2	
41			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в тройках с мячами. Броски в кольцо с места. Эстафеты беговые.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
42			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в парах с мячами. Броски в кольцо в движении. Эстафеты с мячами.	2	Опрос теоретических знаний
43			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками прямо	2	

			перед щитом. Техника атаки кольца. Эстафеты с элементами баскетбола.		
44			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо одной рукой прямо перед щитом. Техника атаки кольца. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Текущий контроль выполнения технических элементов
45			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками прямо перед щитом. Техника атаки кольца. Подвижные игры с мячами.	2	
46			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками прямо перед щитом. Техника противодействия атаке кольца. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	
47			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Контроль теоретической подготовки. Тестирование
48			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками от груди. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Эстафеты с ведением мяча.	2	
49			Разминка. ОФП. Сдача контрольных нормативов.	2	
50			Разминка. ОФП. Передачи мяча двумя руками с места. Передачи в движении в тройках. Игра 5х5	2	
51			Разминка. ОФП. Индивидуальные действия с мячом и без, противодействия. Броски в кольцо одной рукой под углом к щиту. Игры с мячом.	2	Опрос теоретических знаний
52			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Подвижные игры с элементами баскетбола	2	Контроль технической подготовки. Тестирование
53			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	

54			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	
55			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
56			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину. Ведение мяча по прямой с сопротивлением. Подвижные игры с мячом.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
57			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Броски мяча в корзину в движении. Эстафеты.	2	
	Всего			114 часов	

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник отдела
по группам и видам спорта

«УТВЕРЖАЮ»
Директор МБУ ДО
г. Керчи РК «ДЮКФП»

« ____ » _____ 202 ____ г.

« ____ » _____ 202 ____ г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Педагога дополнительного образования

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Керчи
Республики Крым «Детско-юношеский клуб физической подготовки»

Занятий группы базового уровня 3 год обучения

БУ-3 – 2 часа 3 раза в неделю

Отделение «Баскетбол»

1-е полугодие 17 недель

№ п/ п	Дата проведени я по плану	Дата проведения по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1			Первичный инструктаж по ТБ. Правила техники безопасности на занятиях в спортивном зале. ОФП. Стойки игрока. Перемещения и прыжки.	2	Опрос теоретических знаний
2			Правила техники безопасности во время упражнений с мячами. ОФП. Стойки игрока. Ловля мяча двумя руками, стоя на месте. Перемещения в стойке. Подвижные игры.	2	
3			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
4			Разминка. ОФП. Остановка двумя шагами и прыжком. Совершенствование техники ведения мяча. Игра по упрощенным правилам.	2	
5			Разминка. ОФП. Повороты без мяча и с мячом. Ловля мяча двумя руками в движении, ловля мяча в прыжке. Подвижные игры с элементами ловли мяча.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
6			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке,	2	

			остановка, поворот, ускорение). Техника ведения мяча. Игра 5х5.		
7			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Совершенствование техники ведения мяча с высоким отскоком. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль технической подготовки. Тестирование
8			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд с ведением мяча. Передачи мяча сверху и снизу. Игра по упрощенным правилам.	2	
9			Разминка. ОФП. Совершенствование перемещений в стойке, остановка, поворот, ускорение. Подвижные игры с элементами перемещений.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
10			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение в подвижных играх с ведением мяча. Игра по упрощенным правилам.	2	Опрос теоретических знаний
11			Разминка. ОФП. Совершенствование техники выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники ведения мяча по прямой. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	
12			Разминка. ОФП. Совершенствование техники ловли мяча двумя руками на месте. Техника ведения мяча по прямой без зрительного контроля. Подвижные игры.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
13			Разминка. ОФП. Совершенствование техники передачи двумя руками сверху. Ловля мяча на месте. Техника ведения мяча по прямой без зрительного контроля. Эстафеты с мячами.	2	
14			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками	2	

			от плеча. Ведение мяча по прямой с изменением скорости и направления движения. Подвижные игры.		
15			Разминка. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди. Сочетание изученных элементов в эстафетах и игре.	2	Контроль технической подготовки. Тестирование
16			Разминка. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча снизу. Обводка соперника с изменением высоты отскока мяча. Игра 5х5.	2	
17			Разминка. ОФП. Передача мяча сверху с отскоком. Повторение перемещений с мячами. Обводка соперника с изменением скорости. Игра по упрощенным правилам.	2	
18			Разминка. ОФП. Передача мяча от плеча. Перемещения с мячом. Техника ведения мяча по прямой с изменением скорости движения. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
19			Разминка. ОФП. Перемещения. Техника ведения мяча с низким отскоком. Передача и ловля мяча двумя руками встречные. Игра по упрощенным правилам.	2	
20			Разминка. ОФП. Контроль выполнения технических элементов. Подвижные игры.	2	
21			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с высоким и низким отскоком в эстафетах. Передачи мяча двумя руками в прыжке. Ловля мяча двумя руками в прыжке. Игра 5х5.	2	Опрос теоретических знаний
22			Разминка. ОФП. Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком. Ловля мяча двумя руками при поступательном движении. Ведение мяча без зрительного контроля. Подвижные игры.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
23			Разминка. ОФП. Передача мяча одной рукой от плеча с	2	

			отскоком. Ловля мяча двумя руками с боку. Ведение мяча с изменением перемещения. Игра 5х5.		
24			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча в низкой и высокой стойках. Передачи мяча одной рукой снизу с отскоком. Подвижные игры.	2	
25			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с изменением направления движения. Передачи мяча одной рукой сбоку с отскоком. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача и ловля мяча в подвижных играх.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
26			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра по упрощенным правилам.	2	
27			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	2	
28			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры с элементами ведения.	2	
29			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча зигзагом. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
30			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления с высоким отскоком. Эстафеты с ведением мяча.	2	Опрос теоретических знаний
31			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления с низким отскоком. Игры с ведением мяча.	2	
32			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя	2	Контроль спец физ подготовки.

			руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игра 5x5.		Тестирование
33			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления без зрительного контроля. Эстафеты с мячами.	2	
34			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	
35			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
36			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	2	
37			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
38			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Совершенствование техники ведения мяча. Передачи мяча с ведением. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
39			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча без зрительного контроля. Передачи мяча с ведением. Игры 3x3.	2	
40			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением.	2	Опрос теоретических знаний

			Игры.		
41			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игра 5х5.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
42			Разминка. ОФП. Совершенствование техники выполнения бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игры.	2	
43			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Совершенствование техники ведения мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
44			Разминка. ОФП. Контроль за выполнением технических элементов. Игры.	2	
45			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
46			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игры.	2	
47			Разминка. ОФП. Прием контрольных нормативов по ОФП.	2	
48			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча с изменением направления по звуковому сигналу. Передачи мяча с ведением. Игра 5х5.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
49			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча с заданием. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игра по	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование

			упрощенным правилам.		
50			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игра 5х5.	2	Опрос теоретических знаний по правилам баскетбола
51			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игра 3х3.	2	
	Всего:			102 часа	

2-е полугодие 19 недель

№п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1			Вводный инструктаж по ТБ на занятиях в зале. Разминка. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Опрос теоретических знаний по врачебному контролю
2			ТБ во время занятий с мячами. Разминка. ОФП. Перемещения, прыжки, остановки. Игра по упрощенным правилам.	2	
3			Разминка. ОФП. Совершенствование перемещений. Повторение прыжка толчком одной ноги, толчком двух ног. Ведение мяча по прямой с заданием. Бросок в кольцо двумя руками. Игра 5х5	2	
4			Разминка. ОФП. Перемещения с изменением направлений. Совершенствование прыжка толчком одной, двух ног. Броски в кольцо. Игры.	2	
5			Разминка. ОФП. Перемещения, прыжки, повороты в движении. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	2	
6			Разминка. ОФП. Техника передачи и ловли мяча одной рукой на места. Ведение мяча по прямой с заданием. Эстафеты с	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование

			ведением.		
7			Разминка. ОФП. Совершенствование передач одной рукой с места, в движении. Ведение мяча с поворотом. Игры с мячом.	2	
8			Разминка. ОФП. Техника броска мяча одной рукой, двумя руками с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой. Подвижные игры.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
9			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча одной и двумя руками с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой с высоким отскоком без зрительного контроля. Эстафеты с ведением мяча и бросками в корзину.	2	
10			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча одной рукой с отскоком от щита. Совершенствование ведение мяча по прямой с низким отскоком. Игра 5x5	2	Опрос теоретических знаний
11			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча одной и двумя руками с отскоком от щита. Ведение мяча с заданием. Игры с мячом.	2	
12			Разминка. ОФП. Совершенствование ведения мяча по дугам. Броски мяча в кольцо с отскоком от щита одной и двумя руками. Передачи мяча двумя руками встречные, в прыжке, в движении. Подвижные игры.	2	
13			Разминка. ОФП. Совершенствование выхода для получения мяча. Передачи мяча двумя руками различными способами. Эстафеты с ведением и передачами.	2	
14			Разминка. ОФП. Совершенствование ведения мяча по дугам. Броски мяча в кольцо с отскоком.	2	Контроль теоретической подготовки. Тестирование

			Передачи мяча двумя руками. Подвижные игры.		
15			Разминка. ОФП. Броски мяча одной рукой и двумя руками с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Ведение мяча по прямой. Игры с мячом.	2	
16			Разминка. ОФП. Совершенствование броска в корзину одной рукой с места. Передачи мяча двумя руками. Эстафеты с ведением мяча.	2	
17			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча в корзину одной рукой с места. Ведение с изменением направления. Игра 5х5.	2	
18			Разминка. ОФП. Бросок мяча в корзину одной рукой, двумя руками с места. Ведение с изменением направления по заданию. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
19			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину одной рукой и двумя руками с места в прыжке. Ведение с изменением направления. Подвижные игры.	2	
20			Разминка. ОФП. Броски мяча одной и двумя руками с отскоком и без отскока от щита. Выход для получения мяча. Эстафеты с ведением мяча.	2	Опрос теоретических знаний
21			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча из-под кольца без отскока и с отскоком от щита. Подвижные игры с элементами ведения мяча, передач и бросков в кольцо.	2	
22			Разминка. ОФП. Передачи мяча двумя руками, одной рукой, из-за головы на месте и в перемещении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо. Выход для получения мяча. Игры с мячом.	2	

23			Разминка. ОФП. Отработка техники противодействия получению мяча. Передачи двумя руками. Ведение мяча по дуге. Подвижные игры.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
24			Разминка. ОФП. Броски мяча одной рукой с отскоком от щита с места и в движении. Выход для получения мяча. Противодействие получению мяча и выходу на свободное место. Эстафеты с ведением и бросками в корзину.	2	
25			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках. Броски мяча в кольцо с места и в движении. Игра 5х5.	2	
26			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в парах с отскоком. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	
27			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках с перемещением. Броски мяча в кольцо двумя руками ближние. Игра по упрощенным правилам.	2	
28			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Противодействие выходу на свободное место. Эстафеты с передачами, ведением мяча и броски в корзину.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
29			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча в корзину двумя руками в движении, с места, одной рукой от плеча. Ведение мяча с заданием. Эстафеты с передачами мяча	2	

			и бросками в корзину.		
30			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Противодействие атаке корзины. Броски мяча в корзину одной рукой с места. Подвижные игры.	2	Опрос теоретических знаний
31			Разминка. ОФП. Противодействие атаке корзины. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину двумя руками с места. Подвижные игры.	2	
32			Разминка. ОФП. Наведение. Броски мяча в корзину в движении. Передачи в парах. Ведение мяча зигзагом. Эстафеты с ведением мяча. Игра 5х5.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
33			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину двумя руками ближние. Передачи в парах. Ведение по дуге. Игры с ведением мяча.	2	
34			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину двумя руками параллельно щиту. Передачи в парах: одной от головы; от плеча с отскоком, без отскока. Ведение по дуге. Эстафеты с ведением мяча.	2	
35			Разминка. ОФП. Противодействие атаке корзины. Техника розыгрыша мяча. Передачи в тройках. Эстафеты с ведением мяча.	2	
36			Разминка. ОФП. Техника розыгрыша мяча. Передачи в квадрате: одной рукой, двумя руками. Игры с ведением мяча.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
37			Разминка. ОФП. Совершенствование техники противодействия розыгрышу мяча. Наведение и пересечение. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Подвижные игры.	2	
38			Разминка. ОФП. Техника	2	

			противодействия розыгрышу мяча. Подстраховка. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Передачи в парах, стоя на месте.		
39			Разминка. ОФП. Совершенствование противодействия розыгрышу мяча. Наведение и пересечение. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Передачи в тройках, стоя на месте. Игра 5х5.	2	
40			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в парах с мячами. Треугольник. Броски в кольцо с места. Эстафеты.	2	Опрос теоретических знаний
41			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Система нападения через центрального. Упражнения в тройках с мячами. Броски в кольцо с места. Эстафеты беговые.	2	
42			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в парах с мячами. Система нападения без центрального. Броски в кольцо в движении одной и двумя руками. Эстафеты с мячами.	2	
43			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками и одной рукой прямо перед щитом. Техника атаки кольца. Противодействие атаке. Эстафеты с элементами баскетбола.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
44			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо одной и двумя руками прямо перед щитом. Техника атаки кольца. Игра 5х5.	2	
45			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо в движении и	2	

			с места одной рукой. Техника атаки кольца и противодействие атаке. Подвижные игры с мячами.		
46			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту. Техника противодействия атаке кольца. Игра по упрощенным правилам.	2	
47			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Совершенствование техники нападения и защиты. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Контроль техники выполнения элементов
48			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками от груди. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Эстафеты с ведением мяча.	2	
49			Разминка. ОФП. Сдача контрольных нормативов.	2	Контроль физической подготовки
50			Разминка. ОФП. Передачи мяча одной и двумя руками с места. Передачи в движении в тройках. Игра 5х5	2	Опрос теоретических знаний
51			Разминка. ОФП. Индивидуальные действия с мячом и без, противодействия. Броски в кольцо одной и двумя руками под углом к щиту. Игра 5х5.	2	
52			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху с места и в движении. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Подвижные игры с элементами баскетбола	2	
53			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование

54			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками на месте и в перемещении. Игра 5х5	2	
55			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	Контроль техники выполнения элементов
56			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину. Ведение мяча по прямой с сопротивлением. Подвижные игры с мячом.	2	
57			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Пересечение, наведение, треугольник. Броски мяча в корзину в движении. Эстафеты.	2	
	Всего:			114 часов	

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник отдела
по группам и видам спорта

«УТВЕРЖАЮ»
Директор МБУ ДО
г. Керчи РК «ДЮКФП»

«___» _____ 202__ г.

«___» _____ 202__ г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Педагога дополнительного образования

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Керчи
Республики Крым «Детско-юношеский клуб физической подготовки»

Занятий группы базового уровня 4 год обучения

БУ-4 – 2 часа 3 раза в неделю

Отделение «Баскетбол»

1-е полугодие 17 недель

№ п/ п	Дата проведени я по плану	Дата проведения по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1			Первичный инструктаж по ТБ. Правила техники безопасности на занятиях в спортивном зале. ОФП. Стойки игрока. Перемещения и прыжки.	2	Опрос по теоретической подготовке.
2			Правила техники безопасности во время упражнений с мячами. ОФП. Стойки игрока. Ловля мяча двумя руками, стоя на месте. Перемещения в стойке. Подвижные игры.	2	
3			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
4			Разминка. ОФП. Остановка двумя шагами и прыжком. Совершенствование техники ведения мяча. Игра по упрощенным правилам.	2	
5			Разминка. ОФП. Повороты без мяча и с мячом. Ловля мяча двумя руками в движении, ловля мяча в прыжке. Подвижные игры с элементами ловли мяча.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
6			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке,	2	

			остановка, поворот, ускорение). Техника ведения мяча. Игра 5х5.		
7			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Совершенствование техники ведения мяча с высоким отскоком. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль техники выполнения элементов
8			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд с ведением мяча. Передачи мяча сверху и снизу. Игра по упрощенным правилам.	2	
9			Разминка. ОФП. Совершенствование перемещений в стойке, остановка, поворот, ускорение. Подвижные игры с элементами перемещений.	2	
10			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение в подвижных играх с ведением мяча. Игра по упрощенным правилам.	2	
11			Разминка. ОФП. Совершенствование техники выполнения ловли и передачи мяча. Совершенствование техники ведения мяча по прямой. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Контроль техники выполнения элементов
12			Разминка. ОФП. Совершенствование техники ловли мяча двумя руками на месте. Техника ведения мяча по прямой без зрительного контроля. Подвижные игры.	2	
13			Разминка. ОФП. Совершенствование техники передачи двумя руками сверху. Ловля мяча на месте. Техника ведения мяча по прямой без зрительного контроля. Эстафеты с мячами.	2	Контроль теоретич подготовки. Тестирование
14			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками	2	

			от плеча. Ведение мяча по прямой с изменением скорости и направления движения. Подвижные игры.		
15			Разминка. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди. Сочетание изученных элементов в эстафетах и игре.	2	
16			Разминка. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча снизу. Обводка соперника с изменением высоты отскока мяча. Игра 5х5.	2	
17			Разминка. ОФП. Передача мяча сверху с отскоком. Повторение перемещений с мячами. Обводка соперника с изменением скорости. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль техники выполнения элементов
18			Разминка. ОФП. Передача мяча от плеча. Перемещения с мячом. Техника ведения мяча по прямой с изменением скорости движения. Подвижные игры.	2	
19			Разминка. ОФП. Перемещения. Техника ведения мяча с низким отскоком. Передача и ловля мяча двумя руками встречные. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
20			Разминка. ОФП. Контроль выполнения технических элементов. Подвижные игры.	2	
21			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с высоким и низким отскоком в эстафетах. Передачи мяча двумя руками в прыжке. Ловля мяча двумя руками в прыжке. Игра 5х5.	2	
22			Разминка. ОФП. Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком. Ловля мяча двумя руками при поступательном движении. Ведение мяча без зрительного контроля. Подвижные игры.	2	
23			Разминка. ОФП. Передача мяча одной рукой от плеча с	2	

			отскоком. Ловля мяча двумя руками с боку. Ведение мяча с изменением перемещения. Игра 5х5.		
24			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча в низкой и высокой стойках. Передачи мяча одной рукой снизу с отскоком. Подвижные игры.	2	Контроль техники выполнения элементов
25			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с изменением направления движения. Передачи мяча одной рукой сбоку с отскоком. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача и ловля мяча в подвижных играх.	2	
26			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
27			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	2	
28			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры с элементами ведения.	2	
29			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча зигзагом. Подвижные игры.	2	
30			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления с высоким отскоком. Эстафеты с ведением мяча.	2	Контроль техники выполнения элементов
31			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления с низким отскоком. Игры с ведением мяча.	2	
32			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя	2	

			руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игра 5х5.		
33			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления без зрительного контроля. Эстафеты с мячами.	2	
34			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	Контроль техники выполнения элементов
35			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	2	
36			Разминка. ОФП. Совершенствование техники броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
37			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
38			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Совершенствование техники ведения мяча. Передачи мяча с ведением. Игра по упрощенным правилам.	2	
39			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча без зрительного контроля. Передачи мяча с ведением. Игры 3х3.	2	Контроль техники выполнения элементов
40			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование

			Игры.		
41			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игра 5х5.	2	
42			Разминка. ОФП. Совершенствование техники выполнения бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игры.	2	
43			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Совершенствование техники ведения мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	Контроль техники выполнения элементов
44			Разминка. ОФП. Контроль за выполнением технических элементов. Игры.	2	
45			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	2	
46			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игры.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
47			Разминка. ОФП. Прием контрольных нормативов по ОФП.	2	
48			Разминка. ОФП. Совершенствование техники бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча с изменением направления по звуковому сигналу. Передачи мяча с ведением. Игра 5х5.	2	
49			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча с заданием. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игра по	2	

			упрощенным правилам.		
50			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Совершенствование техники передачи мяча с ведением. Игра 5х5.	2	Контроль техники выполнения элементов
51			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игра 3х3.	2	Контроль выполнения тактических элементов
	Всего:			102 часа	

2-е полугодие 19 недель

№п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1			Вводный инструктаж по ТБ на занятиях в зале. Разминка. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	Опрос по ТБ на занятиях
2			ТБ во время занятий с мячами. Разминка. ОФП. Перемещения, прыжки, остановки. Игра по упрощенным правилам.	2	
3			Разминка. ОФП. Совершенствование перемещений. Повторение прыжка толчком одной ноги, толчком двух ног. Ведение мяча по прямой с заданием. Бросок в кольцо двумя руками. Игра 5х5	2	
4			Разминка. ОФП. Перемещения с изменением направлений. Совершенствование прыжка толчком одной, двух ног. Броски в кольцо. Игры.	2	Контроль техники выполнения элементов
5			Разминка. ОФП. Перемещения, прыжки, повороты в движении. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	2	
6			Разминка. ОФП. Техника передачи и ловли мяча одной рукой на места. Ведение мяча по прямой с заданием. Эстафеты с	2	Контроль теоретич подготовки. Тестирование

			ведением.		
7			Разминка. ОФП. Совершенствование передач одной рукой с места, в движении. Ведение мяча с поворотом. Игры с мячом.	2	
8			Разминка. ОФП. Техника броска мяча одной рукой, двумя руками с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой. Подвижные игры.	2	
9			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча одной и двумя руками с отскоком от щита. Ведение мяча по прямой с высоким отскоком без зрительного контроля. Эстафеты с ведением мяча и бросками в корзину.	2	Контроль техники выполнения элементов
10			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча одной рукой с отскоком от щита. Совершенствование ведение мяча по прямой с низким отскоком. Игра 5х5	2	
11			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча одной и двумя руками с отскоком от щита. Ведение мяча с заданием. Игры с мячом.	2	Контроль теоретич подготовки. Тестирование
12			Разминка. ОФП. Совершенствование ведения мяча по дугам. Броски мяча в кольцо с отскоком от щита одной и двумя руками. Передачи мяча двумя руками встречные, в прыжке, в движении. Подвижные игры.	2	
13			Разминка. ОФП. Совершенствование выхода для получения мяча. Передачи мяча двумя руками различными способами. Эстафеты с ведением и передачами.	2	
14			Разминка. ОФП. Совершенствование ведения мяча по дугам. Броски мяча в кольцо с отскоком.	2	Контроль техники выполнения элементов

			Передачи мяча двумя руками. Подвижные игры.		
15			Разминка. ОФП. Броски мяча одной рукой и двумя руками с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Ведение мяча по прямой. Игры с мячом.	2	
16			Разминка. ОФП. Совершенствование броска в корзину одной рукой с места. Передачи мяча двумя руками. Эстафеты с ведением мяча.	2	
17			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча в корзину одной рукой с места. Ведение с изменением направления. Игра 5х5.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
18			Разминка. ОФП. Бросок мяча в корзину одной рукой, двумя руками с места. Ведение с изменением направления по заданию. Подвижные игры.	2	
19			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину одной рукой и двумя руками с места в прыжке. Ведение с изменением направления. Подвижные игры.	2	
20			Разминка. ОФП. Броски мяча одной и двумя руками с отскоком и без отскока от щита. Выход для получения мяча. Эстафеты с ведением мяча.	2	
21			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча из-под кольца без отскока и с отскоком от щита. Подвижные игры с элементами ведения мяча, передач и бросков в кольцо.	2	
22			Разминка. ОФП. Передачи мяча двумя руками, одной рукой, из-за головы на месте и в перемещении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо. Выход для получения мяча. Игры с мячом.	2	Контроль техники выполнения элементов

23			Разминка. ОФП. Отработка техники противодействия получению мяча. Передачи двумя руками. Ведение мяча по дуге. Подвижные игры.	2	
24			Разминка. ОФП. Броски мяча одной рукой с отскоком от щита с места и в движении. Выход для получения мяча. Противодействие получению мяча и выходу на свободное место. Эстафеты с ведением и бросками в корзину.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
25			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках. Броски мяча в кольцо с места и в движении. Игра 5х5.	2	
26			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в парах с отскоком. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	2	
27			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках с перемещением. Броски мяча в кольцо двумя руками ближние. Игра по упрощенным правилам.	2	Контроль техники выполнения элементов
28			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Противодействие выходу на свободное место. Эстафеты с передачами, ведением мяча и броски в корзину.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
29			Разминка. ОФП. Совершенствование броска мяча в корзину двумя руками в движении, с места, одной рукой от плеча. Ведение мяча с заданием. Эстафеты с передачами мяча	2	

			и бросками в корзину.		
30			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Противодействие атаке корзины. Броски мяча в корзину одной рукой с места. Подвижные игры.	2	Контроль общей физ подготовки. Тестирование
31			Разминка. ОФП. Противодействие атаке корзины. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину двумя руками с места. Подвижные игры.	2	
32			Разминка. ОФП. Наведение. Броски мяча в корзину в движении. Передачи в парах. Ведение мяча зигзагом. Эстафеты с ведением мяча. Игра 5х5.	2	
33			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину двумя руками ближние. Передачи в парах. Ведение по дуге. Игры с ведением мяча.	2	Контроль тактической подготовки. Тестирование
34			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину двумя руками параллельно щиту. Передачи в парах: одной от головы; от плеча с отскоком, без отскока. Ведение по дуге. Эстафеты с ведением мяча.	2	
35			Разминка. ОФП. Противодействие атаке корзины. Техника розыгрыша мяча. Передачи в тройках. Эстафеты с ведением мяча.	2	
36			Разминка. ОФП. Техника розыгрыша мяча. Передачи в квадрате: одной рукой, двумя руками. Игры с ведением мяча.	2	
37			Разминка. ОФП. Совершенствование техники противодействия розыгрышу мяча. Наведение и пересечение. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Подвижные игры.	2	Контроль выполнения тактических элементов
38			Разминка. ОФП. Техника	2	

			противодействия розыгрышу мяча. Подстраховка. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Передачи в парах, стоя на месте.		
39			Разминка. ОФП. Совершенствование противодействия розыгрышу мяча. Наведение и пересечение. Броски в корзину с места двумя руками и одной. Передачи в тройках, стоя на месте. Игра 5х5.	2	Контроль спец физ подготовки. Тестирование
40			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в парах с мячами. Треугольник. Броски в кольцо с места. Эстафеты.	2	
41			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Система нападения через центрального. Упражнения в тройках с мячами. Броски в кольцо с места. Эстафеты беговые.	2	
42			Разминка. ОФП. Выход для получения мяча и противодействие получению мяча. Упражнения в парах с мячами. Система нападения без центрального. Броски в кольцо в движении одной и двумя руками. Эстафеты с мячами.	2	
43			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками и одной рукой прямо перед щитом. Техника атаки кольца. Противодействие атаке. Эстафеты с элементами баскетбола.	2	
44			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо одной и двумя руками прямо перед щитом. Техника атаки кольца. Игра 5х5.	2	Контроль технической подготовки. Тестирование
45			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо в движении и	2	

			с места одной рукой. Техника атаки кольца и противодействие атаке. Подвижные игры с мячами.		
46			Разминка. ОФП. Броски мяча в кольцо двумя руками прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту. Техника противодействия атаке кольца. Игра по упрощенным правилам.	2	
47			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Совершенствование техники нападения и защиты. Подвижные игры с элементами баскетбола.	2	
48			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками от груди. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Эстафеты с ведением мяча.	2	
49			Разминка. ОФП. Сдача контрольных нормативов.	2	
50			Разминка. ОФП. Передачи мяча одной и двумя руками с места. Передачи в движении в тройках. Игра 5х5	2	
51			Разминка. ОФП. Индивидуальные действия с мячом и без, противодействия. Броски в кольцо одной и двумя руками под углом к щиту. Игра 5х5.	2	
52			Разминка. ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху с места и в движении. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Техника нападения. Подвижные игры с элементами баскетбола	2	Контроль физ подготовки. Тестирование
53			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	
54			Разминка. ОФП. Игра в	2	

			нападении и защите. Передачи одной и двумя руками на месте и в перемещении. Игра 5х5		
55			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Передачи одной и двумя руками. Игра 5х5	2	Контроль техники выполнения элементов
56			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину. Ведение мяча по прямой с сопротивлением. Подвижные игры с мячом.	2	Контроль выполнения тактических элементов
57			Разминка. ОФП. Игра в нападении и защите. Пересечение, наведение, треугольник. Броски мяча в корзину в движении. Эстафеты.	2	
	Всего:			114 часов	

3.4. Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Баскетбол. Базовый уровень»

Дата внесения изменений	На основании / в соответствии	Внесённые изменения (в каком разделе программы).	Кем внесены изменения (Ф.И.О.Подпись)
	В 2024 году в связи с изменением нормативно-правовых актов	Внесены изменения в раздел 1.1. Пояснительная записка	

Педагог ДО _____ (Ф.И.О.)

«УТВЕРЖАЮ»
 Директор МБУ ДО
 г. Керчи РК «ДЮКФП»

«_____» _____ 202__ г.

3.5. План воспитательной работы по программе «Баскетбол. Базовый уровень»

Группа _____

№	Мероприятия	Календарные сроки выполнения	Ответствен ный
1.	Ознакомление учащихся с местом занятий, расписанием, спортивной базой школы.	сентябрь	
2.	Инструктаж по охране труда и предупреждению травматизма.	в течение года	
3.	Беседа о правилах дорожного движения. Антитеррористическая информация. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях.	сентябрь, ноябрь, декабрь, май	
4.	Инструктаж по правилам пожарной безопасности во время проведения новогодних праздников	декабрь	
5.	Беседа о соблюдении санитарно- гигиенических норм. О правильном питании и режиме дня.	в течение года	
6.	Беседа на тему «Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь». Организация турнира.	октябрь, декабрь, февраль, март	
7.	Оборудование и инвентарь для занятий баскетболом, правила использования. Судейство соревнований.	в течение года	
8.	Беседа с родителями по результатам занятий. Беседа об контроле антитеррористического воспитания.	1 раз в квартал	
9.	Проведение медицинского осмотра детей	октябрь, март	
10.	Принимать участие в физкультурно-массовых мероприятиях города.	в течение года	
11.	Принимать участие в общественно- полезных мероприятиях.	в течение года	
12.	Принимать участие в соревнованиях клуба.	по календарному плану	
13.	Беседа: «Пропаганда антитеррористической деятельности», «Опасность в соцсетях».	в течение года	
14.	Патриотическое воспитание	в течение года	
15.	Родительские собрания	сентябрь, декабрь, май	