

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 107»  
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА Г. БАРНАУЛА

ПРИНЯТО

педагогическим советом  
(протокол от « 22 » 08 2024 г. №1)

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБОУ «СОШ № 107»  
от « 22 » 08 2024 г.  
№ 02 - 03 / 105 ОД

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«БАСКЕТБОЛ»**

***Направленность:*** ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

***Уровень программы:*** базовый

***Возраст учащихся:*** 13-17 лет

***Срок реализации:*** 1 год

Учитель - составитель:  
Альт А. В.

Барнаул, 2024

## РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Баскетбол является одной из наиболее распространённых на сегодняшний день игр с мячом. Школа отечественного баскетбола имеет богатую историю и замечательные традиции. Баскетбол – это прекрасное средство для физического развития любого человека, независимо от возраста. Он дает возможность раскрыться индивидуальным особенностям личности, благоприятно воздействуя на развитие таких двигательных качеств, как быстрота, сила, выносливость.

Большое место во всестороннем физическом развитии школьников занимают спортивные упражнения, подвижные игры с мячом. Баскетбол занимает среди других видов спортивной деятельности одно из приоритетных мест в физическом воспитании обучающихся благодаря своей воспитательной, оздоровительной, образовательной направленности. Исследования, проведенные в последние годы, убедительно показали его большое значение, как здоровье формирующего фактора, обеспечивающего эффективное развитие основных двигательных и координационных способностей, доступные формы реализации физической активности, индивидуально приемлемой для каждого человека. В связи с этим важно и необходимо целенаправленное и интенсивное освоение баскетбола обучающимися, актуализированного в здоровом стиле и жизни и в создании условий для профессионального самоопределения.

У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм обучающихся всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Баскетбол – это командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – Программа) является программой физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с:

Федеральным законом «Об образовании Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273 –ФЗ);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Санитарными правилами СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи». Утверждены Постановлением Главного Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ" (Зарегистрирован 18.09.2017 № 48226);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196";

Программа реализуется как очно, так и заочно, с использованием дистанционных образовательных технологий, при необходимости (при карантинах, условиях угрозы распространения инфекции). Темы разделов при переходе на заочную форму обучения, остаются те же. Материалы размещаются на официальном сайте образовательной организации.

**Актуальность** общеразвивающей программы «Баскетбол» состоит в решении проблемы более качественного физического развития детей посредством баскетбола, т.к. в основу программы положены нормативные требования по физической и технической подготовке, данные научных исследований и спортивной практики, опыт педагогов физической культуры и спорта.

**Отличительной особенностью** является то, что данная программа учитывает разную подготовку обучающихся, предполагает дифференцированный подход в обучении.

Все разделы программы считаются вариативными. Идея создания и примерное содержание тем и разделов оформились по инициативе детей в соответствии с их пожеланиями и предложениями.

Обучение предполагает различные формы работы: групповую, индивидуальную.

**Адресат Программы:** данная программа рассчитана на мальчиков и девочек в возрасте от 13 до 17 лет.

Условия набора. Зачисление учащихся в объединение производится по желанию учащегося вне зависимости от его способностей, уровня физического развития на основании заявления родителей (законных представителей) и при наличии медицинской справки, разрешающей обучающемуся заниматься данным видом деятельности.

При наличии организационно-педагогических условий возможен добор обучающихся в группу в течение учебного года.

**Возрастные особенности детей:**

**Средний возраст 13-17 лет.**

13-18 лет является возрастом решающих сдвигов в развитии личности: закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности.

В это время происходит половое созревание, сопровождающееся ускоренным физическим развитием.

Подростковый возраст – период перехода от детства к зрелости, обычно включающий в себя возраст от 13 до 17 лет. В этот период происходят многие значимые физические, эмоциональные и социальные изменения. Подростки идентифицируют себя как отдельные личности и начинают искать свое место в обществе.

Происходит интенсивное физиологическое и психическое развития. Особое значение приобретает моральное воспитание, основные виды деятельности — учение и посильный труд, увеличивается диапазон социальных ролей и обязательств.

Уровень усвоения – разноуровневый.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на срок обучения 1 год:

базовый уровень – 70 часа.

Форма обучения: очная.

Режим занятий:

базовый уровень обучения – 1 раз в неделю по 1 академическому часу, академический час – 40 минут.

Набор обучающихся – свободный.

### **Особенности организации образовательного процесса:**

Формы проведения занятий: аудиторные.

Форма организации занятий: групповая.

Количество обучающихся в одной группе:

базовый уровень обучения: 12-20 человек;

Группы состоят из обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий.

Состав группы: постоянный.

## **1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств обучающихся, овладения техникой и тактикой игры в баскетбол и ее основными правилами.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

#### **Воспитательные:**

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

#### **Развивающие:**

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
  - повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

### 1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### ***Предметные:***

В результате освоения программы обучающиеся должны

Знать:

- основы техники безопасности во время занятий, этапы построения занятия;
- историю развития баскетбола.
- анатомические и физиологические особенности человеческого организма, правила ухода за своим телом, и основы здорового образа жизни (режим дня, питание и т.д.);
- правила баскетбола
- основные жесты судей

Уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу, одной рукой сбоку.
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой.
- броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной и двумя руками от головы.
- вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.
- применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол.

#### ***Метапредметные:***

##### **Регулятивные УУД**

- понимать задачи поставленные педагогом;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- владеть основами самоконтроля, самооценки;
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей, родителей.

##### **Познавательные УУД**

- уметь осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;

##### **Коммуникативные УУД**

- уметь работать в коллективе, уважать мнение других;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность;
- формулировать собственное мнение, уметь аргументированно отстаивать свою позицию;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать необходимую взаимопомощь.

##### **Личностные**

- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

## 1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Виды спортивной подготовки	Общее количество очасов	В том числе		Формы контроля
			Теория	Практика	
1	История развития баскетбола в мире и в нашей стране	1	1		Устный опрос
2	Гигиена баскетболиста	1	1		Устный опрос
<b>3</b>	<b>Техническая</b>	<b>30</b>	<b>3</b>	<b>27</b>	
<b>3.1</b>	<b>Ловля и передача мяча</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>Игровая практика (игра)</b>
1.	Ловля мяча, летящего навстречу	1	0,5	0,5	
2	Ловля мяча, летящего навстречу и с боку	1		1	
3	Ловля мяча, летящего навстречу и с боку	1		1	
4	Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону	1		1	
5	Передача мяча с отскоком от пола	1		1	
6	Передача мяча двумя руками от груди,	1		1	
7	Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча	1	0,5	0,5	
8	Передача мяча двумя руками от головы во время ходьбы и бега вперед	1		1	
9	Передача мяча двумя руками от головы во время ходьбы и бега в стороны	1		1	
10	Передача мяча двумя руками от головы во время ходьбы и бега в стороны	1		1	
<b>3.2</b>	<b>2.3.Ведение мяча</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>Игровая практика (игра)</b>
1	Ведение мяча со снижением	1	0,5	0,5	
2	Ведение мяча со снижением	1		1	
3	Ведение мяча со снижением, обводка	1		1	
4	Ведение мяча со снижением, обводка	1		1	
5	Переход от обычного ведения к ведению со снижением	1		1	

6	Переход от обычного ведения к ведению со снижением	1		1	
7	Изменение скорости передвижения во время ведения	1		1	
8	Ведение с последующей остановкой	1		1	
9	Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте	1	0,5	0,5	
10	Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте	1		1	Промежуточная аттестация Опрос, контрольные испытания
<b>3.3</b>	<b>Броски мяча</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>Игровая практика (игра)</b>
1	Броски средних дистанций	1	0,5	0,5	
2	Броски средних дистанций	1		1	
3	Броски одной рукой от плеча	1		1	
4	Броски одной рукой от плеча	1		1	
5	Броски одной рукой от плеча	1		1	
6	Броски одной рукой от плеча, с места	1	0,5	0,5	
7	Броски одной рукой в движении	1		1	
8	Броски одной рукой в движении	1		1	
9	Штрафные броски	1		1	
10	Штрафные броски	1		1	
<b>4.</b>	<b>Тактическая</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
<b>4.1</b>	<b>Действия игрока в защите</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>Игровая практика (игра)</b>
1	Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении.	1	0,5	0,5	
2	Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении.	1		1	
3	Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка).	1		1	

4	Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка).	1	0,5	0,5	
5	Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка).	1		1	
<b>4.2</b>	<b>Действия игрока в нападении</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>Игровая практика (игра)</b>
1	Индивидуальные действия: финты с мячом “на ведение”, “на передачу”, “на бросок” с последующим ведением, передачей, броском.	1	0,5	0,5	
2	Индивидуальные действия: финты с мячом “на ведение”, “на передачу”, “на бросок” с последующим ведением, передачей, броском.	1		1	
3	Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник),	1	0,5	0,5	
4	Взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников	1		1	
5	Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче	1		1	
5	<b>Физическая</b>	<b>27</b>	<b>0</b>	<b>27</b>	
<b>5.1</b>	<b>Общая подготовка</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	Опрос, контрольные испытания
1	Гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений	1		1	
2	Кроссовый бег, общеразвивающие упражнения	1		1	
3	Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места	1		1	
4	Прыжковые упражнения: прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.	1		1	
5	Силовые упражнения: упражнения с отягощением	1		1	



	для рук и для ног				
6	Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса	1		1	
7	Упражнения с предметами: со скакалками и мячами	1		1	
8	Упражнения на гимнастических снарядах	1		1	
9	Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки	1		1	
10	Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки	1		1	
<b>5.2</b>	<b>Специальная подготовка</b>	<b>17</b>	<b>0</b>	<b>17</b>	Опрос, контрольные испытания
1	Акробатические упражнения	1		1	
2	Акробатические упражнения	1		1	
3	Акробатические упражнения	1		1	
4	Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх	1		1	
5	Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх	1		1	
6	Кувырки вперед с прыжком	1		1	
7	Кувырки вперед с прыжком	1		1	
8	Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на голове	1		1	
9	Бег на дистанции 100 м.	1		1	
10	Бег на дистанции 400 м.	1		1	
11	Бег на дистанции 500 м.	1		1	
12	Бег с изменением направления и скорости	1		1	
13	Бег с изменением направления и скорости	1		1	
14	Бег с изменением направления и скорости	1		1	

14	Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега.	1		1	Опрос, контрольные испытания
16	Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега.	1		1	
17	Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног	1		1	
6.	Итоговое занятие				Опрос, контрольные испытания соревнования
	<b>Всего:</b>	<b>70</b>	<b>7</b>	<b>63</b>	

## 1.5 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### Теоретическая подготовка

**История развития баскетбола в мире и в нашей стране.** Достижения баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Количество занимающихся в стране и мире. Спортивные сооружения для занятий История развития баскетбола Характеристика баскетбола как средства физического воспитания молодежи. История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по баскетболу в России и в мире.

**Гигиена баскетболиста** Врачебный контроль, предупреждение травм и переутомления. Первая помощь при травмах. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Составление таблиц. Подготовка мест соревнований. Роль и обязанности судейского аппарата. баскетболом и их состояние. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодёжных и юниорских команд баскетболистов на соревнованиях.

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

**Тактическая подготовка** Тактика нападения. Индивидуальные действия: финты с мячом “на ведение”, “на передачу”, “на бросок” с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник), взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников. Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче. Тактика защиты. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Групповые действия: взаимодействие

двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка).

### **Общая физическая подготовка**

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки. Спортивные игры: баскетбол, футбол. Подвижные игры и эстафеты.

**Специальная физическая подготовка.** Акробатические упражнения. Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на голове. Бег. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости. Спортивные игры. Волейбол, футбол, бадминтон, хоккей, бейсбол. Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног. Имитационные движения кистью и руками на передачу, бросок. Ловля и передача малых набивных, теннисных мячей.

**Аттестация.** Аттестация учащихся промежуточная.

**Итоговое занятие.** Соревнование.

## **1.6 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ УЧАЩИХСЯ**

Педагогический контроль предполагает промежуточный контроль (входной контроль и промежуточная аттестация).

Промежуточный контроль осуществляется по итогам полугодического обучения: выявляется предметный уровень освоения изученных разделов и тем по программе, а также метапредметный и личностный уровень сформированности ключевых компетенций. Формой проведения промежуточного контроля являются школьные соревнования, где обучающиеся демонстрируют свою физическую и техническую подготовку.

Итоговая аттестация не предусмотрена.

Оптимальными способами проверки знаний обучающихся, согласно психолого-физиологических особенностей, являются: педагогическое наблюдение, опрос, соревнования различного уровня.

Контроль результатов осуществляется путем: устного тестирования по пройденным темам.

## РАЗДЕЛ № 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

### Календарный учебный график

Год обучения и уровень освоения программы	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Сроки проведения аттестации обучающихся	Количество учебных часов	Всего учебных недель	Режим занятий	Каникулы
1 базовый	04.09.23	31.05.24	Декабрь (третья неделя). Апрель (третья неделя)	70	35	1 раз в неделю по 1 часу	27.10.24- 04.11.24. 29.12.24- 08.01.25 22.03.25- 30.03.25 26.05.25- 31.08.25

В период каникул занятия могут: - проводиться по специальному расписанию с переменным составом обучающихся; - продолжаться в форме поездок, туристических походов и т.п. - проводиться на базе специальных учебных заведений и предприятий с целью профориентации подростков.

#### 2.1. Методическое обеспечение

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки и баскетбольные щиты с кольцами.

##### Спортивный инвентарь:

баскетбольные мячи -15-20 штук;  
набивные мячи - на каждого обучающегося;  
перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;  
гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;  
баскетбольные щиты с кольцами;  
гимнастические маты;  
теннисные мячи -10-15 штук;

##### Спортивные снаряды:

гимнастические скамейки – 3-5 штук;

##### Примечание:

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 72 занятия по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных. Можно также исключать некоторые уроки или заменить на другие, которые хуже усваиваются.

##### Воспитательная деятельность

Воспитательный процесс включает в себя основные формы деятельности:

- проведение бесед, посвященных ЗОЖ, профилактике правонарушений
- участие в спортивных соревнованиях
- участие в делах и мероприятиях школы;

- анкетирование, наблюдение, психолого-педагогические тренинги;
- беседы на тему «Нормы поведения», правила поведения на улице с незнакомыми людьми;
- цикл бесед «Диалоги о главном» - анализ жизненных ситуаций и конструктивное их решение;
- мастер-классы.

#### ***Развивающая деятельность***

- посещение спортивных мероприятий
- беседы о спортсменах России;

#### ***Формы и методы работы:***

Занятия проводятся в любой форме по выбору педагога и желанию (возможностью) учащихся (лекция, учебно-тренировочное занятие). Используется словесный метод: беседа, рассказ, обсуждение, игра. Практическая работа является основной формой проведения занятия. Используется наглядный метод - демонстрация обучающих видеороликов, личный показ тренера.

Образовательный процесс включает в себя традиционные методы, обеспечивающие уровень деятельности на занятиях:

- объяснительно-иллюстративный – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый - участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- проектно-исследовательский – творческая работа обучающихся.

Теоретическая часть даётся в форме бесед, лекций с просмотром иллюстративного и наглядного материалов и закрепляется практическим освоением темы.

Постоянный поиск новых форм и методов организации учебно-воспитательного процесса позволяет делать работу с детьми более разнообразной, эмоционально и информационно насыщенной.

## **2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **Форма обучения:** очная

Но при возникновении условий, не позволяющих реализацию программы в очной форме, программа может реализоваться с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагога.

*Форма организации учебной деятельности* – групповая. Использование ДОТ дает возможность освоения программы непосредственно по месту пребывания (нахождения) учащихся. Обучение с применением ДОТ подразумевает интерактивное взаимодействие детей и педагога в процессе обучения, а также предоставление для обучающихся возможности контролируемой работы по освоению изучаемого материала.

Для успешной реализации Программы создаются условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

#### **Материально – техническое обеспечение:**

1. Игровая площадка.
2. Спортивный зал.
3. Баскетбольные щиты.
4. Баскетбольные мячи.
5. Инвентарь для проведения занятий (фишки, конусы, скакалки, утяжелители и т.д.).
6. Гимнастические маты.
7. Шведская стенка.
8. Комплекты индивидуальной экипировки баскетболиста (спортивная форма соревновательная).
9. Секундомеры
10. Звуковая и видеоаппаратура
11. Видеоматериалы о технических приемах в баскетболе.
12. Квалифицированные кадры педагогических и медицинских работников.

### Информационное обеспечение

1. Книги по физическому развитию и баскетболу для педагогов и детей;
2. Образцы и шаблоны для обучающихся;
3. Видеоролики и презентации по спортивной подготовке;
4. Дидактический и контрольно-диагностический инструментарий.
5. Интернет источники.

**Кадровое обеспечение.** По данной программе может работать педагог дополнительного образования с высшим или средним профессиональным педагогическим образованием, постоянно повышающий свой профессиональный уровень.

## 2.3 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### Контрольные нормативы по СФП:

Кл./у пр.	Бросок в кольцо с 5-ти точек		Штрафной бросок (из 10 бросков)		Передача мяча в круг (за 30 сек.) D □ 30 см S □ 2 м	
	м	д	м	д	м	д
6	9	7	5	5	13	10
	6	4	3	2	10	8
	4	3	1	1	8	6
7	10	7	6	5	15	11
	7	5	4	3	12	10
	5	3	2	1	10	8
8	11	8	6	5	16	12
	8	6	4	3	13	11
	6	4	2	1	11	9
9	13	10	6	5	17	13
	11	8	5	4	14	12
	8	6	3	2	12	10
10	15	12	7	6	18	14
	12	9	5	4	15	13
	9	7	3	2	13	11
11	15	13	7	6	18	16
	13	11	6	5	16	15

### Контрольные нормативы по ОФП

Контрольные упражнения	Пол	Показатели		
		9-10 лет	11-12 лет	13-14 лет
Бег 60м (с)	м	10.3-11.0	9.8-10.8	9.3-10.1
	ж	10.6-11.3	10.1-10.9	9.6-10.9
Прыжок в высоту с места (см)	м	30-40	40-55	55-70
	ж	25-35	35-45	50-55
Прыжок в длину с места (см)	м	140-160	160-175	170-190
	ж	135-155	150-165	160-175

## 2.4 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Список литературы для педагога:

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. - 100 с.
2. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999г. - 256 с.
3. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006. - 211, [13] с.: с илл.
4. Гомельский А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2002 г.
5. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1999г. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт»)

### Список литературы для учащихся.

1. Кукленко Д. В., Хорошевский А. Ю. 100 знаменитых спортсменов, - Харьков: Фолио, 2005 г.
2. Малов В. И. Сто великих олимпийских чемпионов. – М.: «Вече», 2007 г.
3. Малов В. И. Сто великих спортивных достижений. – М.: «Вече», 2007 г.
4. Яхонтов Е. Р. Мяч летит в кольцо. – Л. Лениздат, 2004 г

1. Сайт Всероссийской федерации баскетбола
2. Slamdunk.ru - здесь живет баскетбол [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://slamdunk.ru> Российская федерация баскетбола [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://russiabasket.ru>
3. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru>