

Муниципальное казённое учреждение «Комитет по культуре и спорту»  
ЗАТО г. Радужный Владимирской области

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»  
ЗАТО г. Радужный Владимирской области

«Рекомендована»  
Экспертным советом МОЦ  
Протокол от «13» июня 2023 г.  
№2

«Утверждаю»  
Директор МБОУ ДО «ДЮСШ»  
В.Е.Мальгин  
Приказ от  
«03» июня 2023 г.  
№ 65/дп



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО БАСКЕТБОЛУ

направленность программы: физкультурно-спортивная  
уровень сложности программы: ознакомительный  
адресат программы (возраст обучающихся): 7-10 лет  
срок реализации программы: 1 год

Щергунова Н.В.  
заместитель директора  
по УВР МБОУ ДО «ДЮСШ»

Богатырева М.М.  
инструктор-методист  
МБОУ ДО «ДЮСШ»

г. Радужный,  
2023 г.

## Содержание

<b>Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»</b> .....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.1.1. Направленность .....	3
1.1.2. Актуальность .....	3
1.1.3. Своевременность и необходимость программы .....	4
1.1.4. Новизна программы .....	4
1.1.5. Воспитательный компонент .....	5
1.1.6. Отличительные особенности программы .....	5
1.1.7. Адресат программы .....	6
1.1.8. Объем и срок освоения программы .....	6
1.1.9. Формы обучения .....	6
1.1.10. Особенности организации образовательного процесса .....	6
1.1.11. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий .....	7
1.2. Цели и задачи .....	7
1.3. Содержание программы .....	8
1.4. Планируемые результаты .....	10
<b>Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»</b> .....	11
2.1. Календарный учебный график .....	11
2.2. Условия реализации программы .....	112
2.2.1 Материально-техническое обеспечение .....	12
2.3. Формы аттестации .....	125
2.4. Оценочные материалы .....	125
2.5. Методическое обеспечение программы .....	125
2.6. Список использованной литературы .....	136
<a href="#"><u>2.7. Приложение 1</u></a> .....	<a href="#"><u>18</u></a>
<a href="#"><u>2.8. Приложение 2</u></a> .....	<a href="#"><u>21</u></a>
<a href="#"><u>2.9. Приложение 2</u></a> .....	<a href="#"><u>23</u></a>



## Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

### 1.1. Пояснительная записка

#### 1.1.1. Направленность

Программа для детско-юношеской спортивной школы является:

- по содержанию - физкультурно-спортивной,
- по функциональному предназначению - общеразвивающей,
- по форме организации - групповой,
- по форме обучения: очной,
- по времени реализации – один год.

Настоящая программа предназначена для обучения детей в возрасте от 7 до 10 лет, занятия продолжительностью 2 час два раза в неделю. Общее количество часов в год - 144.

В настоящей программе предусмотрены занятия с детьми разного уровня подготовленности и физического развития. Данная программа определяет оптимальное соотношение разносторонней физической подготовки детей, обеспечивающей оздоровительный эффект. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по ОФП и СФП.

#### 1.1.2. Актуальность

Программа основывается на нормативных документах:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (в редакции с учетом изменений, закрепленных Федеральным законом от 02.12.2019 № 403-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" и отдельные законодательные акты Российской Федерации")
2. Концепция развития дополнительного образования (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 06-1172)
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573), действующие до 1 января 2027 года
5. Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный N 66403), действующим до 1 сентября 2028 года
6. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
7. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по

дополнительным общеобразовательным программам»

9. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".

### **1.1.3. Своевременность и необходимость программы**

Реализация деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится спортивной школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что имеющаяся материально-техническая база школы позволяет использовать разнообразные формы и методы проведения занятий, улучшает эмоциональный фон тренировочной обстановки и способствует достаточному усвоению материала.

### **1.1.4. Новизна программы.**

Новизна состоит в разработке воспитательного потенциала программы и апробации диагностического инструментария.

### **1.1.5. Воспитательный компонент**

Нормативные ценностно-целевые основы воспитания детей определяются содержанием российских гражданских (базовых, общенациональных) норм и ценностей, основные из которых закреплены в Конституции Российской Федерации.

С учётом мировоззренческого, этнического, религиозного многообразия российского общества ценностно-целевые основы воспитания детей включают духовно-нравственные ценности культуры народов России, традиционных религий народов России в качестве вариативного компонента содержания воспитания, реализуемого на добровольной основе, в соответствии с мировоззренческими и культурными особенностями и потребностями родителей (законных представителей) несовершеннолетних детей.

Воспитательная деятельность реализуется в соответствии с приоритетами государственной политики в сфере воспитания, зафиксированными в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Приоритетной задачей Российской

Федерации в сфере воспитания детей является развитие высоко нравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

### 1.1.6. Отличительные особенности программы

1. Основные идеи программы заключаются в:
  - мотивации обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
  - укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие;
  - совершенствование физических качеств и тем самым на создание прочной функциональной базы для спортивной специализации.
2. Особенности набора детей – с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья.
3. На ознакомительном этапе подготовки ставится задача улучшения состояния здоровья, включая физическое развитие, и повышения уровня физической подготовленности с учетом индивидуальных особенностей.

### 1.1.7 Адресат программы

Адресатом программы является возрастная категория обучающихся 7-10 лет. В программе предусмотрены занятия с детьми разного уровня подготовленности и физического развития. Данная программа определяет оптимальное соотношение разносторонней физической подготовки детей, обеспечивающей оздоровительный эффект. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по баскетболу. Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий.

### 1.1.8 Объем и срок освоения программы

Срок реализации программы – 1 год. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 144 часа.

Срок обучения	Возраст обучающихся	Кол-во обучающихся в группе, чел.	Кол-во занятий в неделю	Общий объем подготовки (max час)/ кол-во часов в неделю	Уровень подготовленности и
1 год	7-10	12-15	2	144/4	Прирост показателей ОФП

### 1.1.9 Форма обучения

Форма обучения по программе – очная.

### **1.1.10 Особенности организации образовательного процесса**

Ведущей формой организации обучения является групповая. Основными формами организации учебно-тренировочной работы в подготовке учащихся являются теоретические, практические занятия, тренировочные и подвижные игры. Теоретические занятия проводятся в форме бесед, демонстрации наглядных пособий, изучений правил баскетбола. Изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия.

Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт обучающихся обогащается подвижными и спортивными играми, гимнастическими упражнениями.

### **1.1.11 Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью 2 час, включая непосредственно содержательный аспект в соответствии с учебно-тематическим планированием, а также с учетом организационных и заключительных моментов занятия.

## **1.2. Цели и задачи**

Программа носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей:

### **Цель программы:**

- реализовать оптимальные возможности физического и духовно- нравственного развития детей, разностороннего совершенствования физических качеств и способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, характеризующих общественно актуальную личность.

### **Задачи программы подразделяются на личностные, метапредметные и образовательные (предметные):**

#### ***личностные***

- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- воспитание умения предупреждать конфликтные ситуации во время занятий, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладания при проигрыше и выигрыше.

#### ***метапредметные***

- развитие познавательного интереса, воображения, памяти, мышления, речи;
- развитие активности, самостоятельности и трудолюбия;
- привить навыки личной гигиены;
- развитие силовых и волевых качеств;
- развитие гибкости, ловкости, быстроты, простые и сложные координационные навыки;
- развитие морально–волевых качеств, духа честного соперничества.

#### ***образовательные (предметные)***

- всестороннее физическое развитие с преимущественной направленностью на быстроту,

- координацию, равновесие;
- овладение основами баскетбола;
  - выполнение нормативных требований;
  - формирование у обучающихся стойкого интереса к занятиям баскетболом.

### 1.3. Содержание программы

Содержание программы включает в себя следующие разделы подготовки боксеров: специальную физическую, техническую и тактическую подготовку, приёмные и переводные нормативы, участие в соревнованиях. В этих разделах содержатся средства и методы тренировки, средства и методы контроля за состоянием обучающихся, виды планирования.

На всех этапах подготовки перевод обучающихся в группу следующего года тренировочного процесса производится на основании выполнения нормативных показателей общей, специальной физической подготовки и игровой практики.

В ДООП по баскетболу определены режимы учебно-тренировочной работы и требования по физической, технической и спортивной подготовке.

#### Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма контроля
<b>1</b>	<b>Теоретическая подготовка:</b>	<b>7</b>	<b>7</b>		Опрос
	1.1. Возникновение и развитие баскетбола	1	1		
	1.2. Соблюдение правил безопасности (места занятий и инвентарь).	1	1		
	1.3. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	1		
	1.4. Сведения о строении и функциях организма человека.	1	1		
	1.5. Терминология, техника и тактика игры	1	1		
	1.6. Правила игры	1	1		
	1.7. Профориентация. Профессия тренер.	1	1		
<b>2</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>	Выполнение контрольных нормативов, контрольные игры
	3.1. Прыгучесть	9		9	
	3.2. Быстрота движений	9		9	
	3.3. Игровая ловкость	12		10	
<b>3</b>	<b>Техническая подготовка</b>	<b>54</b>	<b>1</b>	<b>53</b>	Контрольные тренировки
	4.1. Техника передвижения	12		12	
	4.2. Техника владения мячом.	12		12	
	4.3. Ведение мяча в высокой стойке	14		14	
	4.4. Броски	16		15	



<b>4</b>	<b>Тактическая подготовка</b> 5.1. Тактика нападения 5.2. Тактика защиты	<b>20</b> 10 10	<b>1</b>	<b>19</b> 10 9	
<b>5</b>	<b>Игровая подготовка</b> 6.1. Подвижные игры с элементами баскетбола	<b>24</b> 24	<b>1</b>	<b>23</b> 23	
<b>6</b>	<b>Контрольные игры</b> 7.1. Игра на одно и два кольца	<b>6</b> 6		<b>6</b> 6	Контрольные нормативы, соревнования
<b>7</b>	<b>Контрольные испытания</b> 8.1. Нормативы	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>8</b>	<b>Медицинское обследование</b>	<b>2</b>		<b>1</b>	
	<b>всего</b>	<b>144</b>	13	131	

Годовой - план график рассчитан на 36 недель аудиторной занятости и 16 недель самостоятельной работы в дни каникул по индивидуальным планам.

### Содержание учебного (тематического) плана

#### 1. Теоретическая подготовка

Данный раздел дается весь период учебного года и во всех частях тренировки (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в лекционном виде.

#### **Тема занятий 1. Возникновение и развитие баскетбола:**

История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижение баскетболистов на мировой арене.

**Тема занятий 2. Соблюдение правил безопасности.** Правила поведения на улице, спортзале. Правильное обращение с инвентарем.

**Тема занятий 3. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.** Гигиенические требования к местам проведения занятий. Временные ограничения и противопоказания к занятиям баскетболом. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах, растяжении связок.

**Тема занятий 4. Сведения о строении и функциях организма человека.** Краткие сведения о строении человеческого организма и его функциях. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Мышцы, их строение и расслабление мышц, краткое ознакомление с расположением основных мышечных групп.

**Тема занятий 5. Терминология, техника и тактика игры.** Основные сведения о технике и тактике игры; о её значении для роста спортивного мастерства.

**Тема занятий 6. Правила игры.** Костюм игроков. Состав команды. Продолжительность игры. Начало и конец игры. Мяч в игре. Спорный мяч и опорный бросок. Вбрасывание мяча. Замена игроков. Ведение мяча. Броски, передачи и ловля мяча. Выполнение штрафного броска. Результат игры. Правила мини-баскетбола.

#### **Тема занятий 7. Профориентация. Профессия тренер.**

Расширяются знания детей о профессиях тренер и преподаватель, о знаниях и навыках, которыми должен обладать тренер, об особенностях работы с детьми. Педагог актуализирует профессиональное самоопределение ребенка, позитивный взгляд на труд в постиндустриальном мире, охватывающий не только профессиональную, но и

внепрофессиональную составляющие такой деятельности.

## 2. Специальная физическая подготовка

Дается как в основной так и в заключительной части занятия.

**Прыгучесть.** Прыжки на одной и двух ногах, через линию, скамейку, партнера, по ступенькам с максимальной скоростью. Одиночные и серийные прыжки, толчком двумя и одной ногой, с доставанием одной и двумя руками подвешенных предметов (сетки, кольца, щита). Выпрыгивание из исходного положения стоя толчковой ногой на опоре 50 – 60 см как без, так и с различными отягощениями (10-20 кг). Прыжки по наклонной плоскости выполняются на двух и одной ноге под гору и с горы, отталкивание максимально быстрое.

**Быстрота движений.** Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером. «Челночный бег» на 5,8 и 10м. Бег в колонну по одному - по постоянно меняющемуся зрительному сигналу выполняется определенное задание: ускорения, изменение направления.

**Игровая ловкость.** Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота. Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Подвижные игры с элементами ловкости («вышибалы», «снайпер», «пионербол»). Ловля мячей, летящих из различных направлений

## 3. Техническая подготовка

### **Техника передвижения.**

Перемещение приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, скрестным шагом, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом, лицом и спиной вперед. Стойка нападающего. Прыжки толчком одной ноги. Прыжки с короткого разбега. Остановка двумя шагами. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Положение рук. Передвижения приставными шагами в стороны, назад, вперед. Передвижения в защитной стойке по сигналам.

**Ловля и передача мяча.** Ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, в парах, кругах, в колонне. Передачи мяча двумя руками от груди, передачи двумя руками отскоком от пола. Передача мяча в парах, стоя на месте, ближние и средние расстояния. Передачи мяча на одном уровне.

**Ведение мяча в высокой стойке.** Ведение мяча в высокой стойке на месте, в движении, по прямой с изменением скорости и направления. Ведения мяча в сочетании с остановками, с переводом на другую руку. Эстафеты с ведением, ведение мяча по сигналам.

**Броски.** Бросок мяча одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча. Броски мяча под углом к щиту. Броски перечисленными способами после ведения.

## 4. Тактическая подготовка

**Тактика нападения.** Индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча. Атака корзины. Применение изученных способов передачи мяча в зависимости от расстояния и направления.

Групповые действия: Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».

**Тактика защиты.** Выбор места по отношению к подопечному нападающему с мячом и без мяча. Применение изученных способов защитной стойки в зависимости от места расположения нападающего на площадке. Командные действия. Умение переключаться от

действий в нападении к действиям в защите (возвращение в тыловую зону, разбор игроков).  
Личная система защит на своей половине поля.

## **5. Игровая подготовка**

**Подвижные игры с элементами баскетбола.** Эстафеты с передачами, ведением, бросками мяча. Игры («салки», «бег кенгуру», «коршун и насадка», «защита крепости», «мяч капитану», «десять передач», «вызов номеров»).

## **6. Контрольные игры**

**Игра на одно и два кольца.** Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола: 1x1, 2x2, 3x3. Для СОГ группы участие школьных и районных соревнований.

## **7. Контрольные испытания**

**Нормативы.** Теория. Правила сдачи и выполнения нормативов. Прирост показателей СФП и выполнение норм по физической и технической подготовки (не менее 40 % всех видов (прыжок в длину с места, высота подскока по Абалакову, бег 20 м, бег 40 сек., бег 300м ; передвижение в защитной стойке, скоростное ведение, передача мяча).

### **Календарно-тематический план в Приложении №1.**

#### **1.4. Планируемые результаты**

К концу обучения обучающиеся получают возможность:

**знать:**

- правила техники безопасности на занятиях
- правила личной гигиены
- влияние физических упражнений на функциональные возможности организма
- историю развития изученного вида спорта
- многообразие подвижных игр и их правила
- элементарные технические приемы, основы индивидуальной тактики
- основные техники передвижений, остановок, поворотов
- технику выполнения упражнений
- правила выполнения нормативов, проведения соревнований.

**Уметь**

- предупреждать конфликтные ситуации во время занятий
- разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
- ориентироваться в пространстве
- контролировать эмоции при поражении или выигрыше
- проявлять самостоятельность

**применять:**

- полученные знания, умения, навыки на практике
- сдержанность, терпение, уважение по отношению к окружающим

- первоначальный опыт самореализации в различных видах игровой деятельности
- полученный игровой опыт, применение базовых техник при занятиях баскетболом
- гибкость, ловкость, быстроту, координацию в баскетболе и повседневной жизни
- заинтересованность к занятиям физической культурой и спортом

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы	Продолжит. каникул (самостоят. подготовки)	Даты начала и окончания учебного периода
1	36	72	144	Занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительн. 2 час	3 месяца	01 сентября по 31 мая

### 2.2. Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение

Характеристика помещения для занятий по программе

Игровой зал - светлое проветриваемое помещение с деревянным полом – размер 20x30м, раздевалки с туалетами и душевыми.

Перечень оборудования, инструментов и материалов

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
<b>Основное оборудование и инвентарь</b>			
1	Мяч баскетбольный	штук	30
2	Мяч футбольный	штук	2
3	Медицинболы (от 3 до 12 кг)	комплект	4
4	Щиты малые баскетбольные	штук	4
5	Щиты баскетбольные	штук	2
<b>Дополнительные и вспомогательные технические средства обучения</b>			
6	Доска информационная	штук	1
7	Игла для накачивания спортивных мячей	штук	3
8	Насос универсальный (для накачивания спортивных мячей)	штук	1
9	Скакалка гимнастическая	штук	15
10	Скамейка гимнастическая	штук	2
11	Табло информационное световое электронное	комплект	1
12	Ворота футбольные	штук	2
13	Маты гимнастические	штук	2
14	Свисток	штук	1
15	Теннисные мячи	штук	10
16	Волейбольные мячи	штук	2

### Информационное обеспечение:

для организации образовательного процесса имеется необходимое информационно-техническое обеспечение: наличие созданной информационной среды как системы обновляемых информационных объектов, в том числе цифровых документов, информационных источников и инструментов, служащей для: создания; хранения; ввода; организации; обработки; передачи; получения информации об образовательном процессе. Полезные интернет-ресурсы: <http://fizkulturnica.ru/> ; <http://fizkultura-na5.ru/> ; <http://sportmen.ru/>

Основу информационной среды школы составляет сайт [www.duchradyga.ru](http://www.duchradyga.ru) и сообщество образовательного учреждения в социальных сетях <https://vk.com/duchradyga33>.

### Кадровое обеспечение:

педагогический работник, осуществляющий обучение по ДООП по баскетболу должен знать: Конституцию Российской Федерации, законы Российской Федерации, постановления и решения Правительства РФ и региональных органов управления образованием по вопросам образования, конвенцию о правах ребенка, возрастную и специальную педагогику и психологию, физиологию, гигиену, специфику развития интересов и потребностей обучающихся, правила и нормы охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты, основы доврачебной медицинской помощи.

Работники, осуществляющий обучение по ДООП по баскетболу - тренер-преподаватель Мегреладзе Иван Соломонович, педагогический стаж работы – более 10 лет.

## **2.3. Формы аттестации**

Два раза в год (октябрь и май) в группе проводятся контрольные испытания по общей физической подготовке.

Диагностика результатов проводится в виде опроса, контрольных нормативов и игр. С этой целью используются варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные тренером. Для определения уровня физической подготовленности обучающихся учитывается результаты испытаний на прыгучесть, быстроту перемещения, ловкость.

## **2.4. Оценочные материалы**

Оценка физического развития производится на общепринятой методике биометрических измерений. Уровень подготовленности обучающихся выражается в количественно-качественных показателях по физической, теоретической подготовленности. Приложение №2 Оценочные средства.

## **2.5. Методическое обеспечение программы**

### **2.5.1. Особенности организации образовательного процесса.**

Форма обучения по программе – очная.

### **2.5.2. Методы обучения.**

Успешное осуществление обучения возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, образовательной, воспитательной, развивающей.

Решение задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности,

систематичности, доступности, оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются обучающимися в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Воспитательная работа предполагает тесное единство нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.

#### 2.5.3. Формы организации образовательного процесса.

Форма организации образовательного процесса – групповая, обусловлена спортивным профилем данного направления.

#### 2.5.4. Формы организации учебного занятия.

При реализации программы в ходе учебного процесса предусмотрены тренировочные и теоретические занятия, эстафеты и соревнования.

#### 2.5.5. Педагогические технологии.

При реализации программы применяются следующие педагогические технологии: технология группового обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология.

#### 2.5.6. Алгоритм учебного занятия.

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования. Как правило, занятие начинается с построения, далее – теоретическая часть, разминка, комплекс основных упражнений, игровая практика, завершающие упражнения (растяжка).

## 2.6. Список использованной литературы

Основная и дополнительная литература:

1. Баскетбол. Учебник для вузов физической культуры /под редакцией Ю.М.Портнова. \_\_,1997г.
2. Костикова Л.В. Баскетбол. Азбука спорта.-М.: ФиС, 2001 г.
3. Спортивные игры. Учебник для вузов Том 1. / под редакцией Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова.-М.: Центр Академия, 2002г.
4. Спортивные игры. Учебник для вузов. Том 2./ Под редакцией Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова.-М.: Центр Академия, 2004г.
5. Программа дисциплины «Теория и методика баскетбола» для вузов физической культуры /под редакцией Ю.М.Портнова.М., 2004г.
6. Баскетбол. Поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР/ под редакцией Ю.Д.Железняк.-М.,1984
7. Азбука спорта. Л.В.Козырева «Физкультура и спорт» 2003г.
8. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев, 1999.
9. Современная система спортивной подготовки/ под редакцией Ф.П.Суслова, В.Л.Сыча, Б.Н.Шустина.-М.,1995г.

10. Марков К.К. Руководство тренер-педагог и психолог. Иркутск, 1999г.
11. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. – М., 1987г.
12. Ю.П.Пузырь, А.Н.Тяпин, В.П.Щербаков. Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования. Центр школьная книга М.,2003г.
13. Сортэл Н., Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков, изд-во АСТ, 2002г., 230с.
14. Николич А., Паропаич В., Отбор в баскетболе, изд-во «Физкультура и спорт», 1984г., 150с.
15. Яхонтов Е.П., Юный баскетболист, изд-во «Физкультура и спорт», 1987г., 180с.
16. Костикова Л.В., Подвижные игры, изд-во АСТ, 2002г., 130с.
17. Яхонтов Е.П., Л.С.Кит, Индивидуальные упражнения баскетболиста, изд-во «Физкультура и спорт», 1981г., 70с.
18. Линдеберг Ф., Баскетбол: игра и обучение, изд-во «Физкультура и спорт», 1987г., 280с.
19. Тойкус С., Мы играем в баскетбол, изд-во «Просвещение», 1984г., 160с.
20. Тихвинский С.Б. Детская спортивная медицина. — Медицина, 1991

Литература для обучающихся:

1. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. – Режим для младшего школьника. – М.: Вентана – Графф, 2016. – 24 с.
2. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. — М.: Советский спорт, 2015. — 431 с.
3. Сундукова А. Х. Волшебный мир здоровья; Дрофа - Москва, 2010. - 113 с.

Литературы для родителей:

1. Голубева Л.Г. – Гимнастика и массаж для самых маленьких: Пособие для родителей и воспитателей. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2012. – 80 с.
2. Гогунев, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартьянов. — М.: Академия, 2016. — 224 с.

Приложение №1

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### Примерный план-график распределения учебного материала

Месяцы	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	ИТОГО
--------	----	---	----	-----	---	----	-----	----	---	-------

Виды подготовки										
Теоретические занятия	1	1	1	1	-	-	1	1	1	7
Специальная физическая подготовка	4	4	4	4	3	3	4	2	2	30
Техническая подготовка	5	5	6	6	5	6	7	7	7	54
Тактическая подготовка	2	2	2	2	3	3	3	3	-	20
Игровая подготовка	2	2	3	3	2	3	3	3	3	24
Контрольные и календарные игры	-	-	-	-	-	-	2	2	2	6
Контрольные испытания	1	-	-	-	-	-	-	-	1	2
Медицинское обследование	-	1	-	-	-	-	-	-	-	1
<i>Всего за месяц</i>	<i>15</i>	<i>15</i>	<i>16</i>	<i>16</i>	<i>13</i>	<i>15</i>	<i>20</i>	<i>18</i>	<i>16</i>	
Всего за год										144

Приложение №2

Оценочные материалы

Оценка результатов освоения материала определяется уровнем знаний, умений и навыков: высокий, средний, низкий уровень

№	Тесты	Результат		
		Высокий	Средний	Низкий



		М	Д	М	Д	М	Д
1	Введение мяча с обводкой стоек (через 3м) Отрезок 15 м. туда и обратно	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
		8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3х10м с введением мяча (сек)	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	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
4	Бросок в кольцо после введения мяча (из 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
5	Бросок мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз)	19	18	18	17	17	16
		20	19	19	18	18	17
		21	20	19	18	18	17
		22	20	20	19	19	19

Контрольные испытания по общей физической подготовке (ОФП) и специальной физической подготовке (СФП). Формы проверки результативности образовательного процесса: опрос на знание теоретических вопросов; выполнение контрольных нормативов.

Обучающиеся, успешно освоившие программу, принимая активное участие в контрольных тренировках, участвуют в соревнованиях.