



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 217
Красносельского района Санкт-Петербурга
имени Н.А. Алексеева
(ГБОУ школа № 217)

ПРИНЯТА
педагогическим советом
решение от 29.08.18.
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 01.09.18 № 43-09
Директор ГБОУ школа № 217

С.Н. Калиберда С.Н. Калиберда

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»

Возраст учащихся: 10-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор(ы) / разработчик(и) программы:

педагог дополнительного образования
Яблочков Артем Анатольевич

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Направленность образовательной программы – физкультурно-спортивная.

Баскетбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка. Программа «Баскетбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных волевых и физических качеств, формирование различных двигательных навыков, способности переносить большие физические и психические нагрузки.

Новизна данной общеобразовательной программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Дает возможность заняться баскетболом тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, уделяет большое внимание вопросу воспитания и развития потребности к здоровому образу жизни. Воспитывает гармоничного человека с эмоционально-волевой устойчивостью к неблагоприятным факторам. В процессе занятий большое значение уделяется и интеллектуальному воспитанию, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

Актуальность программы состоит в том, что баскетбол – одна из самых популярных игр в нашей стране. А через заинтересованность учащихся в баскетболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Для игры характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию движений.

Баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективным средством укрепления здоровья и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни и в самостоятельных формах занятий физической культурой.

Адресат (участники) программы: 10-17 лет.

Цель программы: Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой игры в защите и нападении;
- овладение техникой бросков по кольцу различными способами;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ловли и передачи мяча;
- овладение техникой передвижений, остановок и поворотов;
- освоение техникой тактических приемов;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 10-17 лет.

Условия набора и формирования групп: в коллектив принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью и не имеющие явных физических предпосылок к занятию спортом.

Количество учащихся в группе: группа комплектуется в количестве не менее 15 человек.

Сроки реализации программы – 1 год.

Объём программы: 144 часа.

Формы и режим занятий: формы организации детей на занятии - групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая. Режим занятия- занятия проводятся **2 раза в неделю по 2 часа**. Формы проведения занятий- практическая, комбинированная, соревновательная.

Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя часы теории и практики-тренировки.

При обучении используются основные *методы* организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые.

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.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

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.

Кадровое обеспечение программы: программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Материальное оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режимом;
- форма для занятий по баскетболу;
- щиты с кольцами (2 комплекта);
- дополнительные щиты с кольцами (не менее 4 комплектов);
- мячи баскетбольные (№ 5 – 15 шт., № 6 – 15 шт., № 7 – 15 шт.);
- насос ручной или ножной;
- иглы для насоса;
- стойки для обводки (8 шт.);
- гимнастические скамейки (4 шт.);
- мячи набивные (2 кг, 3 кг, 5 кг)
- скакалки;
- гимнастические обручи;
- гимнастический мостик;
- гимнастическая стенка;
- маты гимнастические;
- рулетка;
- секундомер;
- свисток.

Планируемые (ожидаемые) результаты

Предметные:

- обучить теоретическим основам баскетбола.
- обучить основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча,
- ведению мяча, броскам в корзину.
- обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям.
- сформировать систему навыков соревновательной деятельности по баскетболу.

Метапредметные:

- развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- развитие и укрепление опорно-двигательного и суставно-связочного аппарата.
- развитие специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств) для успешного овладения навыками игры в баскетбол.

Личностные:

- привлечение детей и подростков к систематическим занятиям спортом (баскетболом).
- формирование здорового образа жизни.
- воспитание умения действовать в команде.
- формирование стойкого интереса к занятиям, трудолюбия.

Уровень освоения программы: *общекультурный*

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «БАСКЕТБОЛ»
4 часа в неделю (144 часов в год)
«Баскетбол»

№ п/п	Тема раздела	Количество часов		
		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1
2.	Теоретические знания.	4	3	1
2.1	Развитие баскетбола в России. Терминология элементов баскетбола.	2	1	-
2.2	Строение и функции организма человека.	1	1	-
2.3	Профилактика травматизма при занятиях баскетболом.	1	1	1
3.	Общая физическая подготовка	40	8	32
4.	Специально физическая подготовка	28	8	20
5.	Техническая и тактическая подготовка	52	8	44
6.	Соревнования.	18	6	12
6.1	Выполнение контрольных нормативов.	6	2	4
6.2	Контрольные игры и соревнования.	8	2	6
6.3	Итоговое занятие. Судейская практика.	4	2	2
	Всего часов:	144	34	110



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 217
Красносельского района Санкт-Петербурга
имени Н.А. Алексева
(ГБОУ школа № 217)**

Утвержден
Приказом директора
от _____ № _____
Директор ГБОУ школа № 217

С.Н.Калиберда

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Баскетбол»
(название)
на _____ 2018-2019 _____ учебный год

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ)
ПРОГРАММЫ
«БАСКЕТБОЛ»
НА 2018 – 2019 УЧЕБНЫЙ ГОД**

1. Продолжительность учебного года - 36 недель
2. Объем учебных часов дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

Наименование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы/направленность	1 год обучения
«Баскетбол» /физкультурно-спортивная	Количество часов обучения
	144
	Режим работы 2 раза в неделю по 2 часа

	Количество часов в неделю
	4
	Количество учебных дней
	72
	Продолжительность учебного часа 45 минут

3. Входной, промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

3.1) Входная диагностика- сентябрь

3.2) Текущая диагностика и контроль – декабрь

3.3) Итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Формы проведения диагностики и контроля определены дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программой.

4. Режим работы в период школьных каникул

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Цель программы: Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой игры в защите и нападении;
- овладение техникой бросков по кольцу различными способами;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ловли и передачи мяча;
- овладение техникой передвижений, остановок и поворотов;
- освоение техникой тактических приемов;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Безопасность при проведении соревнований. Оказание помощи в опасных ситуациях во время игры: первая помощь при ушибах, вывихах, ссадин.

Практика: Основные приемы оказания первой медицинской помощи.

2.1. Развитие баскетбола в России. Терминология элементов баскетбола:

Теория: История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола в России. Развитие школьного баскетбола. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. Участие российских баскетболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры).

Теория: Понятие о спортивной технике, тактики и стиле игры, понятие «зона», «дриблинг», «слэм-данк», пробежка.

2.2. Строение и функции организма человека:

Теория: Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

2.3. Профилактика травматизма при занятиях баскетболом:

Теория: Врачебный контроль при занятиях баскетболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения

переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена. Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям баскетболом. Раны и их разновидности. Спортивный массаж. Общее понятие. Противопоказания к массажу. Соблюдение санитарно-гигиенических норм во время занятий баскетболом. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья.

Практика: Оказание первой помощи (до врача). Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований.

3. Общая физическая подготовка.

Теория: Роль и значение комплекса упражнений для спортсмена. Подбор упражнений для подготовки спортсмена к игре. Значение легкоатлетических упражнений для занимающегося. Роль и значение подвижных игр для будущего спортсмена. Подбор подвижных игр и эстафет.

Практика: Строевые упражнения. Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения для мышц ног и таза. Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения. Полосы препятствий. Подвижные игры и эстафеты.

4. Специально физическая подготовка.

Теория: Роль и значение специально физической подготовки для занимающегося. Подбор упражнений для специально физической подготовки спортсмена.

Практика: Упражнения для развития быстроты передвижения. Упражнения для развития скоростных и силовых качеств. Упражнения для увеличения высоты прыжка. Упражнения для развития выносливости (кроссовая подготовка).

5. Техническая и тактическая подготовка

Теория: Значение технико-тактической подготовки для занимающегося. Основные приемы игры в технической и тактической подготовке.

Практика: (См. приложение).

6. Соревнования:

6.1. Выполнение контрольных нормативов.

Теория: Основные рекомендации и правила сдачи контрольных нормативов.

Практика: (См. приложение).

6.2. Контрольные игры и соревнования.

Теория: Значение и роль соревнований для занимающего. Основные рекомендации и приемы во время контрольных игр и соревнований.

Практика: Участие в первенстве района и округа, в Спартакиаде школьников, школьных соревнований.

6.3. Итоговое занятие. Судейская практика.

Теория: Организация и проведение соревнований. Работа судьи-секретаря на соревнованиях по баскетболу.

Практика: Правила составления положения на соревнование по баскетболу. Организация и проведение соревнований.

Оценочные и методические материалы.

Общие критерии оценивания результатов:

- Владение знаниями по программе, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности. Основной показатель работы – выполнение в конце каждого года обучения программных требований по уровню подготовленности занимающихся.
- Активность. Участие в соревнованиях школьного и районного уровня.
- Умение работать в коллективе, в команде.
- Уровень воспитанности и культуры учащихся.
- Спортивный рост и личностные достижения воспитанников.

Критерии замера прогнозируемых результатов:

- Педагогическое наблюдение.
- Проведение открытых занятий с их последующим обсуждением.
- Проведение итоговых календарных и контрольных игр, обобщение, обсуждение результатов. Календарные и контрольные игры представляют огромную роль при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая степень учебных игр с заданиями.
- Участие в соревнованиях.

Методы проведения занятий.

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение, ТСО.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Формы подведения итогов.

- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях школы, района и города.

В случае наличия нескольких групп в рамках одного учреждения дополнительного образования проводятся соревнования между группами. На первом году обучения основной формой подведения итогов является сдача нормативов, эстафеты с элементами баскетбола. На втором году обучения более используемой формой контроля являются контрольные игры и соревнования.

Контрольные нормативы.

Возраст, лет	Уровень подготовленности					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег на 20 м (сек.)						
10	4,1	4,2–4,3	4,4–4,7	4,1	4,2–4,4	4,5–4,7
11	3,9	4,0–4,1	4,2–4,3	4,0	4,1–4,3	4,4–4,6
12	3,8	3,9–4,2	4,3–4,4	3,9	4,0–4,3	4,4–4,6
13	3,4	3,5–3,9	4,0–4,2	3,8	3,9–4,2	4,3–4,5
14	3,4	3,5–3,8	3,9–4,1	3,7	3,7–4,0	4,1–4,3
15	3,4	3,5–3,7	3,8–4,0	3,6	3,7–3,9	4,0–4,2
16	3,3	3,4–3,6	3,7–3,9	3,5	3,6–3,8	4,0–4,2
17	3,3	3,4–3,6	3,7–3,9	3,5	3,6–3,8	4,0–4,2
Высота подскока (см)						
10	33	27–33	22–26	33	27–32	21–26
11	38	33–37	28–32	36	31–35	26–30
12	41	35–40	30–34	41	35–40	29–34
13	44	39–43	34–38	43	37–42	31–36
14	48	43–47	39–42	45	39–44	34–38
15	54	48–53	41–47	46	40–45	35–39
16	61	56–60	50–55	48	41–47	36–40
17	61	56–60	50–55	48	41–47	36–40
Бег на 60 м (сек.)						
10	9,9	10,0–10,4	10,5–11,0	10,7	10,8–11,5	11,6–12,3
11	9,5	9,6–10,0	10,1–10,6	10,1	10,2–10,7	10,8–11,3
12	9,3	9,4–9,8	9,9–10,2	9,7	9,8–10,5	10,6–11,2
13	8,5	8,6–9,1	9,2–9,6	9,3	9,4–9,9	10,0–10,9
14	8,4	8,5–9,0	9,1–9,5	9,1	9,2–9,8	9,9–10,5
15	8,3	8,4–8,9	9,0–9,2	8,8	8,9–9,4	9,5–10,2
16	8,2	8,3–8,8	8,9–9,1	8,7	8,8–9,3	9,4–9,9

17	8,2	8,3–8,8	8,9–9,1	8,7	8,8–9,3	9,4–9,9
----	-----	---------	---------	-----	---------	---------

Примечание. Бег на 20 м и 60 м выполняется с высокого старта. Для измерения высоты подскока обучающийся не должен выходить за пределы квадрата 50 х 50 см (точка отсчета при положении стоя на всей ступне).

Возраст, лет	Уровень подготовленности					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Ведение мяча на 20 м (сек.)						
10	10,6	10,7–11,1	11,2–11,7	11,0	11,1–11,6	11,7–12,2
11	9,7	9,8–10,3	10,4–10,9	10,5	10,6–11,0	11,1–11,5
12	9,5	9,6–10,1	10,2–10,6	10,4	10,5–11,0	11,1–11,5
13	9,1	9,2–9,6	9,7–9,9	9,6	9,7–10,2	10,3–10,9
14	8,7	8,8–9,3	9,4–9,6	9,4	9,5–10,0	10,1–10,7
15	8,2	8,3–8,8	8,9–9,3	9,1	9,2–9,8	9,9–10,5
16	8,0	8,1–8,7	8,8–9,2	9,0	9,1–9,7	9,8–10,4
17	8,0	8,1–8,7	8,8–9,2	9,0	9,1–9,7	9,8–10,4
Штрафные броски (из 10 раз)						
10	–	–	–	–	–	–
11	5	4	3	4	3	2
12	5	4	3	4	3	2
13	6	4–5	3	5	4	3
14	6	4–5	3	5	4	3
15	7	5–6	4	6	4–5	3
16	7	5–6	4	6	4–5	3
17	7	5–6	4	6	4–5	3
Броски в движении после ведения (из 5 раз)						
10	–	–	–	–	–	–
11	3	2	1	3	2	1
12	4	3	2	3	2	1
13	4	3	2	4	2–3	1
14	4	4	3	4	2–3	1
15	5	4–5	3	5	3–4	2
16	5	4–5	3	5	3–4	2
17	5	4–5	3	5	3–4	2
Броски с точек (из 20 раз)						
10	–	–	–	–	–	–

11	7	5	3	5	4	3
12	10	7	5	8	6	5
13	12	9-11	7-8	10	7-9	6
14	12	9-11	7-8	10	7-9	6
15	14	10-13	7-9	11	8-10	7
16	14	10-13	7-9	11	8-10	7
17	14	10-13	7-9	11	8-10	7

Список литературы для педагога

1. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980
2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980
3. Баскетбол: Пер. с фр./Л. Легран, М.Ра. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2004. – 47 (1) с.:ил. – (Уроки спорта).
4. Программа дисциплины «Теория и методика баскетбола». Под редакцией Ю. М. Портнова. – М., 2004 г.
5. С. А. Полиевский «Технические средства обучения в спортивных играх». - К. Здоровье, 1986 г.

Список литературы для детей и родителей

1. Костикова Л. В. Баскетбол: Азбука спорта. – М.: ФиС, 2001 г.
2. Дрюэт Д., Мэйсон П. Баскетбол. Спорт для начинающих. Издательство: АСТ, Астрель, 2002 г.
3. Что такое ... Баскетбол. Издательство: Урал ЛТД, 2005 г.
4. Спортивные игры. Том 1/ Под редакцией Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М.: Изд. Центр Академия, 2002 г.
5. Спортивные игры. Том 2/ Под редакцией Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М.: Изд. Центр Академия, 2004 г.

Список использованной литературы:

1. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. – М.: Академия, 2008 – Серия «Высшее профессиональное образование»
3. Закон РФ « Об образовании».
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844).
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. // Вестник образования № 15, 2003

**План учебно-воспитательной работы
с уч-ся секции «Баскетбол»**

№	Название мероприятия	Номер группы	сроки	Место проведения	примечания
1	Участие в соревнованиях Открытой Спартакиады ШСК и команд ОУ Красносельского р-на.	1	В течение года	Территория Красносельского р-на	
2	Участие в соревнованиях Открытой Спартакиады ШСК и команд ОУ Красносельского р-на. Баскетбол.	1	Ноябрь		
3	Входная диагностика	1	сентябрь	Школа 217	
4	Анкетирование детей	1	декабрь	Школа 217	
5	Участие в соревнованиях по баскетболу «Кубок губернатора»	1	декабрь	Город	
6	Участие в спортивном мероприятии «Красносельские старты» по физической подготовленности «ГТО»	1	апрель	Красносельский р-н	
6	Итоговая диагностика	1	апрель	Школа 217	

План работы с родителями

№	Название мероприятия	сроки	Место проведения	примечания
1	Общее родительское собрание	сентябрь	Школа 217	
2	Родительское собрание в объединении	декабрь	Школа 217	
3	Открытое занятие	февраль	Школа 217	
4	Родительское собрание	май	Школа 217	

Приложение

Приемы игры	ОФП/СФП
Броски по кольцу	
Бросок двумя руками снизу	+
Бросок одной рукой снизу	+
Бросок двумя руками с места	+
Бросок одной рукой с места	+
Бросок в прыжке	
Бросок крюком	
Бросок с поворотом	
Добивание	
Передачи мяча	
Передача двумя руками от груди	+
Передача двумя руками с отскоком от пола	+
Передача двумя руками от плеча	+
Передача двумя руками сверху	+
Передача двумя руками снизу	+
Передача одной рукой от плеча	+
Передача крюком	
Передача одной рукой снизу	
Передача толчком	
Передача одной рукой с отскоком от пола	
Передача одной рукой за спиной	
Откидка	+
Ведение мяча	
Высокое (скоростное)	+

ведение	
Низкое ведение с укрыванием мяча	
Ведение с изменением темпа	+
Ведение с изменением направления	+
Ведение с поворотом кругом	
Перевод мяча перед собой с шагом в сторону	+
Перевод мяча за спиной	
Работа ног и другие навыки игры в нападении	
Старты	+
Остановки	+
Повороты	+
Обманные движения или финты	+
Техника специальных финтов (вблизи корзины)	
Прыжки	+
Рывки	+
Индивидуальное нападение без мяча	
Согласование индивидуальных приемов нападения в групповых взаимодействиях	
Передача и рывок	+
Изменение направления движения	+
Обман	+
Внутренний заслон	
Наружный заслон	
Боковой заслон	
Обратный заслон	
Задний заслон	
Двойной заслон	
Поворот кругом с выходом после остановки	

**Техника нападения.
Техника защиты.**

Приемы игры	ОФП/СФП
Защитная стойка	
Стойка с выставленной вперед ногой	+
Параллельная стойка	+
Работа ног и передвижение в защите	
Передвижение приставными шагами	+
Бег спиной вперед	+
Поворот кругом для восстановления защитной позиции	
Противодействие игроку с мячом	+
Подбор мяча в защите при неудачном броске	
Противодействие игроку без мяча	+
Защитное блокирование при борьбе за отскочивший от щита мяч	
Перехваты	+
Выбивание мяча у нападающего во время ведения	+
Согласование индивидуальных приемов в групповых взаимодействиях	

Тактика нападения.

Приемы игры	
Быстрый прорыв	+
Нападение против личной защиты	+
Нападение перегрузкой	

Нападение в расстановке пирамидой	
Нападение против зонной защиты	
Нападение в расстановке 3–2	
Нападение в расстановке 2–3	
Нападение в расстановке 1–3–1	+
Свободное нападение против зонной защиты	+
Нападение против подстраивающейся защиты	
Нападение в расстановке 3–2	
Нападение в расстановке 2–3	
Нападение в расстановке 1–3–1	+
Нападение против смешанной защиты	+
Нападение против прессинга	
Нападение против личного прессинга	+
Нападение против зонного прессинга	

Тактика защиты.

Согласование индивидуальных приемов игры в защите при групповых взаимодействиях нападающих	
Защита против заслонов	
Защита при численном превосходстве нападающих	
Двое против одного	
Трое против одного	
Трое против двоих	
Четверо против двоих	
Четверо против троих	
Пятеро против четверых	

Защита при численном превосходстве защитников	
Групповой отбор	
Защита против первой передачи при быстром прорыве	
Защита против вбрасывающего игрока при введении мяча в игру изза пределов площадки	
Командная защита	
Личная защита	+
Плотная личная защита	+
Оттянутая личная защита	+
Личная защита с групповым отбором мяча	
Личная защита с переключениями	
Зонная защита	
Зонная защита в расстановке 1–2–2	+
Зонная защита в расстановке 1–3–1	
Зонная защита в расстановке 3–2	
Зонная защита в расстановке 2–1–2	+
Зонная защита в расстановке 2–2–1	+
Зонная защита в расстановке 2–3	
Зонная защита в расстановке 2–3 с групповым отбором мяча	
Комбинированная защита	
Подстраивающаяся защита	+
Зонное начало	
Личное начало	+
Смешанная защита «треугольник и двое»	
Смешанная защита «квадрат и один»	
Смешанная защита «ромб и один»	

Защита прессингом	
Защита личным прессингом	
Защита зонным прессингом	
Расстановка 1–2–1–1 на 3/4 или по всей площадке	
Смена системы защиты при зонном прессинге 1–2–1–1 по всей площадке	
Зонный прессинг 1–2–1–1 на половине площадки	+
Зонный прессинг в расстановке 2–2–1	+
Расстановка 1–3–1	+