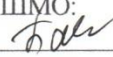


**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Коршуновская средняя общеобразовательная школа»**

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждено»
На заседании ШМО: 	Зам.директора по УВР: 	Директор школы: 
Н.В. Барина Протокол № 1 от 26.08.2019 г.	Ю.Ю.Гладкова 26.08.2019 г.	А.В. Глущенко 26.08.2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивное направление
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 10-18 лет
Срок реализации: 3 года
Объем реализации: 486 учебных часов

**Автор составитель: Глущенко Анатолий Владимирович
учитель физической культуры 1 категории**

с. Коршуновка
2019 год

1. Пояснительная записка

Баскетбол – спортивная игра, цель которой забросить мяч в подвешенную корзину. Она появилась в 1891 году в США. Преподаватель Спрингфилдского колледжа Джеймс Нейсмит придумал динамичную и увлекательную игру в помещении. Баскетбол – одна из самых популярных игр и в нашей стране. Для неё характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, передачи, броски и ведения мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Несмотря на свою общеизвестность и кажущуюся простоту, игра обладает спектром педагогического воздействия, позволяющего решать весь комплекс образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных задач подготовки баскетболистов. Игра в баскетбол не только совершенствует физиологические основы жизнедеятельности организма, но и обеспечивает овладение игровыми навыками в наиболее благоприятных для их формирования условиях. В игре дети учатся контролировать свои эмоции, подчиняться правилам и решениям судей, учатся действовать самостоятельно и решать игровые задачи во взаимодействии со своими партнерами, но главное: они учатся действовать обдуманно и несуетливо, ибо в игре, как говорил П.Ф. Лесгафт «во всем мысль впереди».

Баскетбол является в России одной из популярных спортивных игр. Прогресс баскетбола наблюдается ежегодно. В стране открываются специализированные отделения по баскетболу в ДЮСШ, СДЮСШОР, направленные как на развитие массового детско-юношеского направления в спорте, так и на спорт высших достижений. Существуют и проблемы развития баскетбола, одна из которых – повышение качества учебно-тренировочного процесса в образовательных школах. Эта тенденция обусловлена высокими требованиями к двигательной и функциональной подготовленности обучающихся школ, основы которой должны закладываться с детства.

Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу разработана и составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Приказом Минспорта России от 27.12.2013г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей».

В основе данной программы положена примерная (типовая) программа по баскетболу, которая изменена с учетом особенностей МОУ «Коршуновская СОШ», возраста и уровня подготовки обучающихся, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов обучения и воспитания.

Актуальность программы: Актуальность программы состоит в соответствии современным тенденциям развития образования, интеграции основного и дополнительного образования с общеобразовательными учреждениями разных типов и видов, в реализации потребностей обучающихся в различных продуктивно-творческих формах. Успешность обучения, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует тренер-преподаватель, в соответствии с сенситивными периодами развития физических качеств, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Программа адаптирует учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создает условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

Цели программы:

1. Приобщение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни;
2. Обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством игры в баскетбол;
3. Создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом;
4. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи программы:

1. Приобщить учащихся к достижениям мировой культуры, российским традициям, национальным особенностям региона.
2. Создать условия для развития личности ребёнка.
3. Обучить технике и тактике игры в баскетбол.
4. Развитие физических способностей, укрепление физического и духовного здоровья обучающихся, овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
5. Формировать представления о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.
6. Создать условия для профессионального самоопределения и творческой самореализации юных спортсменов.
7. Привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в мини-баскетбол, стритбол, баскетбол.

Основополагающие принципы:

- Комплексность – предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля).
- Преемственность – определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего мастерства, чтобы обеспечить в

многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности.

- Вариативность – предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки.

Режим учебно-тренировочной работы

Этап подготовки	Возраст для зачисления	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Уровень спортивной подготовленности
Учащиеся	10	10	20	4,5	Прирост показателей по ОФП

К занятиям в группах спортивно-оздоровительной направленности допускаются все лица, желающие заниматься спортом независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение врача). В спортивно-оздоровительных группах могут заниматься как начинающие, так и спортсмены, прошедшие подготовку на других этапах.

Программа предназначена для работы с детьми и подростками 10-18 лет. Годовой план рассчитан на 40 недель обучения при занятиях до 4,5 ч в неделю. Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. Занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

В спортивно-оздоровительных группах юные баскетболисты изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, изучают тактическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, гибкости и координации движения; сдают соответствующие нормативы. Стремятся к овладению техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре. Обучаются основам индивидуальной, групповой и командной тактике игры в баскетбол. Осваивают процесс игры в соответствии с правилами баскетбола. Участвуют в товарищеских играх и в неофициальных турнирах по баскетболу, а также принимают участие в соревнованиях по ОФП, «Веселые старты».

Формы организации занятий:

- учебно-тренировочные занятия (групповые)
- групповые и индивидуальные теоретические занятия
- итоговое и промежуточное тестирование
- участие в контрольных, товарищеских матчах, спортивных соревнованиях

Ожидаемые результаты и формы подведения итогов программы:

- сохранность контингента;
- рост уровня развития физических качеств;

- освоение основных приёмов и навыков игры в баскетбол;
- освоение комплекса навыков и умений индивидуальной игры в баскетбол (уметь - точно передавать мяч, вести его, бросать в кольцо с места и в движении, стремительно атаковать, работать в защите и в нападении)
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни.

Результаты работы в данной деятельности отслеживаются в наблюдениях за работоспособностью, мотивацией, посещаемостью занятий обучающимися, динамикой роста индивидуальных и групповых показателей физической подготовленности обучающихся.

По окончании учебного года уровень знаний, умений и навыков обучающихся должен соответствовать требованиям контрольно-переводных нормативов.

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных возможностей детей **11-16 лет**.

Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на

соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне ее.

Срок реализации программы – года.

Формы занятий: теоретические, практические, участие в соревнованиях.

Особенности набора детей – свободный набор

Режим занятий: 162 часов, 2 раза в неделю – по 2 и 2,5 часа.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки:

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать:

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь:

- Выполнять основные технические приемы баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности:

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Формирование универсальных учебных действий

УУД	Характеристика основных видов деятельности ученика
Знания о физической культуре	
Личностные, коммуникативные	• рассматривать физическую культуру как явление культуры; • характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек; • определять базовые понятия и термины баскетбола, применять их в процессе игры со своими сверстниками; • руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; • руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	
Личностные, коммуникативные, регулятивные	• использовать занятия кружка и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций; • взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств.
Физическое совершенствование	
Личностные	• выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации); • выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности; • выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см).

Возраст	Пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	выше среднего	высокий
11 лет	Д	24-28	29-33	34 и выше
	М	25-30	31-35	36 и выше
12 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-37	38 и выше

13 лет	Д М	25-31 31-36	32-37 37-41	38 и выше 42 и выше
14 лет	Д М	25-31 31-36	32-37 37-41	38 и выше 42 и выше
15 лет	Д М	26-32 32-37	33-37 33-41	38 и выше 42 и выше
16 лет	Д М	26-33 33-37	34-38 38-42	39 и выше 43 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м.

Класс	Девочки			Мальчики		
	высокий	выше среднего	средний	высокий	выше среднего	средний
11 лет	3,8 и менее	3,9-4,3	4,4	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
12 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,2
13 лет	3,6 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,2
14 лет	3,6 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1
15 лет	3,5 и менее	3,5-3,9	4,0-4,2	3,2 и менее	3,3-3,6	3,7-4,1
16 лет	3,4 и менее	3,4-3,9	4,0-4,1	3,1 и менее	3,2-3,6	3,8-4,0

Передачи и броски мяча.

№ п/п	Контрольные упражнения	Возраст					
		11	12	13	14	15	16
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество).	20	22	23	23	24	25
2.	5 штрафных бросков (попаданий).	2	2	3	3	3	4
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий).	6	7	8	8	8	9

2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план.

№	Виды спортивной подготовки	Кол- во часов	Год обучения		
			1	2	3
1	Теоретическая	16	8	4	4
2	Физическая	120	44	40	42
	2.1. Общая подготовка	63	27	20	18
	2.2. Специальная	57	17	20	24
3	Техническая	145	60	45	42
	3.1. Упражнения без мяча	50	12	3	2
	3.2. Упражнения с мячом	95	40	42	40
4	Тактическая	153	38	59	60
	4.1. Действия игрока в защите	80	20	30	30
	4.2. Действия игрока в нападении	73	18	29	30
5	Участие в соревнованиях	28	8	10	10
6	Тестирование	12	4	4	4
ИТОГО		486	162	162	162

Учебно-тематический план 1 года обучения.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	8	8	
1.1	Соблюдение техники безопасности на занятиях. Гигиена, контроль нагрузок, оказание первой медицинской помощи. Краткий обзор развития баскетбола.	1	1	
1.2	Развитие баскетбола в России и за рубежом. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.	1	1	
1.3	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	6	6	
2.	Физическая подготовка	44		
2.1	Общая физическая подготовка.			27
2.1.1	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).			7
2.1.2	Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий.			10
2.1.3	Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре.			5
2.1.4	Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки.			5
2.2.	Специальная физическая подготовка.			17
2.2.1	Упражнения для развития силы ног и рук.			3
2.2.2	Упражнения для развития скоростных качеств.			3
2.2.3	Передача мяча на месте и в движении.			4
2.2.4	Броски в кольцо с места, в движении, после остановки.			3
2.2.5	Ловля мяча, переводы, финты.			4
3	Техническая подготовка	60		
3.1	Передвижение приставными шагами правым (левым) боком, с разной скоростью, в одном и в			1

	разных направлениях.			
3.2	Передвижение правым - левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста.			1
3.3	Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг после ускорения. Остановка в два шага после ускорения.			2
3.4	Повороты на месте. Повороты в движении.			2
3.5	Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.			6
3.6	Ловля мяча			6
3.6.1	Ловля мяча двумя руками: высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.			3
3.6.2	Ловля мяча одной рукой: высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.			3
3.7	Передача мяча			12
3.7.1	Двумя руками			6
3.7.1.1	Сверху, от плеча (с места, в движении, в прыжке).			3
3.7.1.2	С отскоком об пол: от груди, снизу (с места в движении, в прыжке).			3
3.7.2	Одной рукой			6
3.7.2.1	Сверху, от головы, от плеча (встречные, поступательные, на одном уровне, сопровождающие)			3
3.7.2.2	С отскоком: сбоку, снизу (встречные, поступательные, на одном уровне, сопровождающие)			3
3.8	Броски в корзину			20
3.8.1	Сверху, от груди, снизу, сверху вниз, добивание (с вращением, с отскоком от щита, без отскока от щита).			
3.8.1.1	Двумя руками: с места, в движение, в прыжке (дальние, средние, ближние).			10
3.8.1.2	Одной рукой: с места, в движение, в прыжке (дальние, средние, ближние).			10
3.9	Ведение мяча и обводка соперника.			10
3.9.1	С высоким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля)			4
3.9.2	С низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля)			4
3.9.3	Обводка соперника (с изменением высоты отскока, с изменением направления, с изменением скорости, с поворотом и переводом мяча).			2
4.	Тактическая подготовка	38		
4.1.	Действия игрока в защите			20

4.1.1	Техника передвижений (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты).			10
4.1.2	Техника противодействия и овладения мячом (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока).			10
4.2.	Действия игрока в нападении			18
4.2.1	Индивидуальные действия			6
4.2.2	Взаимодействия игроков			6
5.	Участие в соревнованиях.	8		
5.1	Товарищеские игры.			2
5.2	Участие в соревнованиях.			6
6.	Тестирование	4		4
	Всего	162	8	154

Учебно-тематический план 2 года обучения.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	4	4	
1.1	Краткий обзор развития баскетбола в гимназии, в городе, области, в России	1	1	
1.2	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка баскетболиста. Техническая подготовка баскетболиста. Контроль физических нагрузок.	1	1	
1.3	Правила судейства соревнований по баскетболу.	2	2	
2.	Физическая подготовка	40		
2.1	Общая физическая подготовка.			20
2.1.1	Кроссовая подготовка.			6
2.1.2	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами.			3
2.1.3	Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий.			2
2.1.4	Упражнения на развитие силы			4
2.1.5	Прыжковые упражнения.			5
2.2.	Специальная физическая подготовка.			20
2.2.1	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.			5
2.2.2	Упражнения для развития скоростносиловых качеств баскетболиста.			5
2.2.3	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.			5
2.2.4	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.			5
3	Техническая подготовка	35		
3.1	Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.			3
3.2	Ловля мяча			6
3.2.1	Ловля мяча двумя руками: высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.			3
3.2.2	Ловля мяча одной рукой: высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.			3

3.3	Передача мяча			6
3.3.1	Двумя руками			3
3.3.1.1	Сверху, от плеча (с места, в движении, в прыжке).			1
3.3.1.2	С отскоком об пол: от груди, снизу (с места в движении, в прыжке).			2
3.3.2	Одной рукой			3
3.3.2.1	Сверху, от головы, от плеча (встречные, поступательные, на одном уровне, сопровождающие)			2
3.3.2.2	С отскоком: сбоку, снизу (встречные, поступательные, на одном уровне, сопровождающие)			1
3.4	Броски в корзину			14
3.4.1	Сверху, от груди, снизу, сверху вниз, добивание (с вращением, с отскоком от щита, без отскока от щита)			14
3.4.1.1	Двумя руками: с места, в движение, в прыжке (дальние, средние, ближние)			7
3.4.1.2	Одной рукой: с места, в движение, в прыжке (дальние, средние, ближние)			7
3.5	Ведение мяча и обводка соперника			6
3.5.1	С высоким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля)			2
3.5.2	С низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля)			2
3.5.3	Обводка соперника (с изменением высоты отскока, с изменением направления, с изменением скорости, с поворотом и переводом)			2
4.	Тактическая подготовка	59		
4.1.	Действия игрока в защите			30
4.1.1	Упражнения для перехвата мяча			5
4.1.2	Групповые тактические действия (переключение, подстраховка, проскальзывание)			5
4.1.3	Личная защита (на своей половине, по всей площадке)			5

4.1.4	Зонная защита (2-2, 1-3-1, 2-3,3-2)			10
4.1.5	Упражнения для индивидуальных действий защитника			5
4.2.	Действия игрока в нападении			29
4.2.1	Заслон игрока без мяча			7
4.2.2	Заслон игрока с мячом			7
4.2.3	Быстрый прорыв с короткими передачами			5
4.2.4	Быстрый прорыв со сменой мест между 3 игроками			5
4.2.5	Упражнения с длинными передачами мяча			5
5.	Участие в соревнованиях.	10		10
6.	Тестирование	4		4
	Всего	162	4	158

Учебно-тематический план 3 года обучения.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	4	4	
1.1	Тактическая подготовка баскетболиста.	2	2	
1.2	Психологическая подготовка баскетболиста. Соревновательная деятельность баскетболиста.	1	1	
1.3	Дозирование физических нагрузок. Способы восстановления после физической нагрузки.	1	1	
2.	Физическая подготовка	42		
2.1	Общая физическая подготовка.			18
2.1.1	Кроссовая подготовка.			6
2.1.2	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами .			3
2.1.3	Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий.			2
2.1.4	Упражнения на развитие силы			4
2.1.5	Прыжковые упражнения.			3
2.2.	Специальная физическая подготовка.			24
2.2.1	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.			6
2.2.2	Упражнения для развития скоростносиловых качеств баскетболиста.			6
2.2.3	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.			7
2.2.4	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.			5
3	Техническая подготовка	42		
3.1	Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.			2
3.2	Ловля мяча			4
3.2.1	Ловля мяча двумя руками: высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.			2
3.2.2	Ловля мяча одной рукой: высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.			2
3.3	Передача мяча			8
3.3.1	Двумя руками			4

3.3.1.1	Сверху, от плеча (с места, в движении, в прыжке).			2
3.3.1.2	С отскоком об пол: от груди, снизу (с места в движении, в прыжке).			2
3.3.2	Одной рукой			6
3.3.2.1	Сверху, от головы, от плеча (встречные, поступательные, на одном			4
3.3.2.2	С отскоком: сбоку, снизу (встречные, поступательные, на одном			2
3.4	Броски в корзину			20
3.4.1	Сверху, от груди, снизу, сверху вниз, добивание (с вращением, с отскоком от щита, без отскока			20
3.4.1.1	Двумя руками: с места, в движение, в прыжке (дальние, средние, ближние)			10
3.4.1.2	Одной рукой: с места, в движение, в прыжке (дальние, средние, ближние)			10
3.5	Ведение мяча и обводка соперника			6
3.5.1	С высоким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля)			2
3.5.2	С низким отскоком (со зрительным контролем, без зрительного контроля)			2
3.5.3	Обводка соперника (с изменением высоты отскока, с изменением направления, с			2
4.	Тактическая подготовка	60		
4.1.	Действия игрока в защите			30
4.1.1	Упражнения для перехвата мяча			6
4.1.2	Групповые тактические действия (переключение, подстраховка, проскальзывание)			6
4.1.3	Личная защита (на своей половине, по всей площадке)			6
4.1.4	Зонная защита (2-2, 1-3-1, 2-3,3-2)			6
4.1.5	Упражнения для индивидуальных действий защитника			6
4.2.	Действия игрока в нападении			30
4.2.1	Расстановка игроков при позиционном нападении			6
4.2.2	Нападение через одного центрального			6
4.2.3	Комбинация тройка			6
4.2.4	Комбинация «Наведение при скрестном выходе			6
4.2.5	Перегрузка			6

5.	Участие в соревнования.	10		10
6.	Тестирование	4		4
	Всего	162	4	158

Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением занимающимся.

Содержание разделов теоретической, технической, тактической, физической подготовки представлено без распределения по классам. Учитель должен самостоятельно, исходя из степени готовности занимающихся, распределить учебный материал. Более того, программа рекомендует базовый уровень содержания учебного материала. Это содержание может быть расширено по усмотрению учителя.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

3.1. Теоретическая подготовка

Тема 1. Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по баскетболу. Международные связи Российских спортсменов. Олимпийские игры. Российские спортсмены на Олимпийских играх.

Тема 2. Состояние и развитие баскетбола в России.

История развития баскетбола в мире и нашей стране. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и требования к их содержанию. Количество занимающихся в мире и в России.

Тема 3. Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры). Мониторинг здоровья (рост, масса тела, динамическая и статическая сила рук). Воспитание нравственных, гражданских и волевых качеств спортсмена. Мотивация к занятиям спортом. Психологическая подготовка в многолетней спортивной тренировке. Инициативность, самостоятельность, творческое отношение к занятиям. Ответственность за свои поступки перед семьей, классом, командой коллективом.

Тема 4. Гигиенические требования к обучающимся. Понятие о гигиене и санитарии. Понятие о рациональном питании. Гигиенические требования к питанию спортсмена. Уход за телом, полостью рта, зубами. Режим дня. Профилактика вредных привычек.

Тема 5. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Понятие об утомлении и переутомлении. Восстановительные мероприятия в спорте. Активный отдых.

Тема 6. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте. Простудные заболевания. Виды закаливания. Профилактика спортивного травматизма. Первая доврачебная помощь при травмах.

Тема 7. Основы техники игры в баскетбол. Основные технические приёмы игры. Средства и методы спортивной тренировки. Анализ техники изучаемых приёмов игры. Сочетания технических приёмов.

Тема 8. Спортивные соревнования. Организация и проведения спортивных соревнований по баскетболу. Положение о проведении соревнований. Судейство соревнований. **Тема 9.** Учет знаний и умений по безопасности дорожного движения.

3.2. Общая физическая подготовка

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений – сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками разновременно, тоже во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазание по лестнице. Упражнения на гимнастической стенке.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий». С перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис в волейбол.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Эстафеты. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кроссовая подготовка на различные дистанции. Ходьба на лыжах.

3.3. Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. 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. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие

отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжатие). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, хоккейного, мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1-5 кг) на точность, дальность, быстроту. Метание камней с отскоком от поверхности воды. Метание палок (игра в «городки»). Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному) в прыжке, с места, с разбега в стену, через волейбольную сетку, через верёвочку на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка. Бросок мяча в прыжке с разбега, толкаясь о гимнастическую скамейку. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на стене, в ворота.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку, ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии).

Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлинённым временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

3.4. Техническая подготовка.

Приёмы игры	
1	
Прыжок толчком двух ног	+
Прыжок толчком одной ноги	+
Остановка прыжком	+
Остановка двумя шагами	+
Повороты вперёд	+
Повороты назад	+
Ловля мяча двумя руками на месте	+
Ловля мяча двумя руками в движении	+
Ловля мяча двумя руками в прыжке	+
Ловля мяча двумя руками при встречном движении	+
Ловля мяча двумя руками при поступательном движении	+
Ловля мяча двумя руками в движении сбоку	+
Ловля мяча одной рукой на месте	+
Ловля мяча одной рукой в движении	+
Ловля мяча одной рукой в прыжке	+
Ловля мяча одной рукой при встречном движении	+
Ловля мяча одной рукой при поступательном движении	+
Приёмы игры	
2	
Ловля мяча одной рукой при движении сбоку	+
Передача мяча двумя руками сверху	+
Передача мяча двумя руками от плеча (с отскоком)	+
Передача мяча двумя руками от груди (с	+

отскоком)	
Передача мяча двумя руками снизу (с отскоком)	+
Передача двумя руками с места	+
Передача мяча двумя руками в движении	+
Передача мяча двумя руками в прыжке	+
Передача мяча двумя руками (встречные)	+
Передача мяча двумя руками (поступательные)	+
Передача мяча двумя руками на одном уровне	+
Передача мяча двумя руками (сопровождающие)	+
Передача мяча одной рукой сверху	+
Передача мяча одной рукой от головы	+
Передача мяча одной рукой от плеча (с отскоком)	+
Передача мяча одной рукой сбоку (с отскоком)	+
Приёмы игры	
3	
Передача мяча одной рукой снизу (с отскоком)	+
Передача мяча одной рукой с места	+
Передача мяча одной рукой в движении	+
Передача мяча одной рукой в прыжке	+
Передача мяча одной рукой (встречные)	+
Передача мяча одной рукой (поступательные)	+
Передача мяча одной рукой на одном уровне	+
Передача мяча одной рукой (сопровождающие)	+
Ведение мяча с высоким отскоком	+
Ведение мяча с низким отскоком	+
Ведение мяча со зрительным контролем	+
Ведение мяча без зрительного контроля	+
Ведение мяча на месте	+

Ведение мяча по прямой	+
Ведение мяча по дугам	+
Ведение мяча по кругам	+
Ведение мяча зигзагом	+
Обводка соперника с изменением высоты отскока	+
Обводка соперника с изменением направления	+
Обводка соперника с изменением скорости	+
Обводка соперника с поворотом и переводом мяча	+
Обводка соперника с переводом под ногой	+
Обводка соперника за спиной	+
Обводка соперника с использованием нескольких приёмов подряд (сочетание)	+
Броски в корзину двумя руками сверху	+
Броски в корзину двумя руками от груди	+
Броски в корзину двумя руками снизу	+
Броски в корзину двумя руками сверху вниз	+
Броски в корзину двумя руками (добивание)	+
Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита	+
Броски в корзину двумя руками без отскока от щита	+
Броски в корзину двумя руками с места	+

3.5. Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Выход для получения мяча	+
Выход для отвлечения мяча	+
Розыгрыш мяча	+
Атака корзины	+
«Передай мяч и выходи»	+
Наведение, пересечение.	+

Тактика защиты.

Противодействие получению мяча	+
Противодействие выходу на свободное место	+
Противодействие розыгрышу мяча	+
Противодействие атаки корзины	+
Подстраховка	+
Система личной защиты	+

Игровая подготовка: подвижные игры с элементами баскетбола. Эстафеты с передачами, ведением, бросками мяча. Игры («салки», «мяч капитану»)

Контрольные игры: игра на одно и на два кольца. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола: 1*1, 2*2, 3*3.

3.6. Система контроля и зачетные требования

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся и своевременного выявления пробелов целесообразно регулярно проводить комплексное тестирование юных баскетболистов.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как происходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре. В течение года в спортивно-оздоровительных группах проводится контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений

Одним из методов контроля эффективности занятий в группах является участие в учебных и контрольных играх. Учебные и контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях.

Для определения уровня физической подготовленности занимающихся учитывается результаты испытаний на прыгучесть, быстроту перемещения, ведения мяча. Для определения уровня технической подготовленности используется упражнения на точность попадания мячом в кольцо, подачах, ведения мяча.

3.7 Комплекс нормативов для зачисления в группу на этап начальной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные нормативы (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м. не более 6,4 с.	Бег 30 м не более 6,6 с
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,0с)	Скоростное ведение мяча 20м (не более 11,4 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не более 115 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 24 см)	Прыжок в длину с места со взмахом руками (не менее 20 см)

Для зачисления в группы начальной подготовки необходимо выполнение не менее 50% нормативов.

4. Методическое обеспечение программы

Подготовка юного баскетболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

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 воспитанниками в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

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.

Методы организации и проведения образовательного процесса:

Словесные методы:

- Описание
- Объяснение
- Рассказ
- Разбор
- Указание
- Команды и распоряжения
- Подсчёт

Наглядные методы:

- Показ упражнений и техники баскетбольных приёмов
- Использование учебных наглядных пособий
- Видеofilмы, DVD, слайды
- Жестикуляции

Практические методы:

- Метод упражнений
- Метод разучивания по частям
- Метод разучивания в целом
- Соревновательный метод
- Игровой метод
- Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Основные средства обучения:

- Общефизические упражнения
- Специальные физические упражнения
- Упражнения для изучения техники передвижений, техники и тактики баскетбола в нападении и защите и совершенствование их в групповых и командных действиях
- Подвижные и подготовительные игры
- Игровая практика

5. Воспитательная работа.

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель может проводить ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время.

На протяжении многолетней спортивной подготовки тренер-преподаватель формирует у занимающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов.

Основные воспитательные мероприятия:

- торжественный прием вновь поступивших в школу;
- проводы выпускников;
- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, культпоходы в театры и на выставки;
- тематические диспуты и беседы;
- оформление стендов и газет.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания у обучающихся понятия об общечеловеческих ценностях, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивной борьбы на площадке и вне нее. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям в баскетболе (неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей). Перед соревнованиями необходимо настраивать игроков не только на достижение победы, но и на проявление в поединке морально-волевых качеств. Соревнования могут быть средством контроля за успешностью воспитательной работы в команде. Наблюдая за особенностями поведения и высказываниями учеников во время игр, тренер-преподаватель может сделать вывод о сформированности у них необходимых качеств.

6. Учебно - методическое обеспечение

Книги	Методические и дидактические пособия Электронные издания	периодика
1. Энциклопедический словарь юного спортсмена. М.: Педагогика, 1979. 2. Железняк, Ю.Д. Волейбол в школе/ Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский. – М.: Просвещение, 1987. 3. Железняк, Ю.Д. Юный волейболист/ Ю.Д. Железняк. – М.: Физкультура и спорт, 1988. 1. Петров, Н. Человек в чрезвычайных ситуациях./Н.Н. Петров. – Челябинск: Юж.-Урал. кн. изд-во, 1995. 4. Богоявленский, И. Оказание первой медицинской, первой реанимационной помощи на месте происшествия и в очагах чрезвычайных ситуаций./ И.Ф. Богоявленский. – СПб.: ОАО «Медиус», 2011	1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта Баскетбол / Министерство спорта Российской Федерации. М.: Советский спорт, 2014. 2. Баула, Н.П. Баскетбол: тактика игры: 5–6 классы.[Электронный ресурс]/ Н.П. Баула, В.И. Кучеренко – М. : ООО «Чистые пруды», 2004. – (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе»). – Режим доступа:https://my.1september.ru/book . – 06.11.2015г. 3. Верхлин, В.Н. Введение в тему «Баскетбол» в начальной школе : Методические рекомендации.[Электронный ресурс]/ В.Н. Верхлин. – М. : Чистые пруды, 2005.– (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе». Вып. 5). – Режим доступа:https://my.1september.ru/book . – 06.11.2015г. 4. Маслюков, А.В. Развитие координационных способностей у школьников.[Электронный ресурс]/ А.В. Маслюков. – М. : Чистые пруды, 2008.– (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе». Вып. 21). – Режим доступа: https://my.1september.ru/book. – 06.11.2015г. 5. Муратова, Л.В. Суставная гимнастика.[Электронный ресурс]/ Л.В. Муратова. – М. : Чистые пруды, 2006.– (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе». Вып. 6(12)). – Режим доступа: https://my.1september.ru/book. – 06.11.2015г.	Электронная версия в рамках «Школы цифрового века»: Спорт в школе, ОБЖ; Классное руководство и воспитание школьников

	6. Маслоков, А.В. Развитие координационных способностей у школьников.[Электронный ресурс]/ А.В. Маслоков. – М. : Чистые пруды, 2008.– (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе». Вып. 21). – Режим доступа: https://my.1september.ru/book. – 06.11.2015г. 7. Арутюнян, Т.Г. Школьник – призывник:образовательная программа по физическому воспитанию.[Электронный ресурс]/ Т.Г. Арутюнян. – М. : Чистые пруды, 2006.– (Библиотечка «Первого сентября», серия «Спорт в школе». Вып. 1(7)). – Режим доступа: https://my.1september.ru/book. – 06.11.2015г. 8. Семёнов, В.Б. Секция баскетбола в школе:[Электронный ресурс]/ В.Б. Семёнов. – М. : Чистые пруды, 2010.– (Библиотечка«Первого сентября», серия «Спорт в школе». Вып. 34). – Режим доступа:https://my.1september.ru/book. – 06.11.2015г. http://learningapps.org Сайт с интерактивными развлекательно-познавательными упражнениями по школьным предметам и не только(категории «Спорт», «ОБЖ») http://www.world-sport.org/ Сайт о летних и зимних видах спорта. http://www.interfiresport.com/ru Официальный сайт Международной спортивной федерации пожарных и спасателей	
--	--	--

Материально-техническое обеспечение занятий

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

Наименование дополнительной общеобразовательной программы	Наименование (назначение) учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта объекта	Перечень основного оборудования для реализации дополнительной образовательной программы
Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»	Спортивная площадка Спортивный зал	Щиты с кольцами — 6 Жгуты и экспандеры - 1 Секундомер — 1 Гимнастические скамейки — 6 Гимнастические маты — 10 Скакалки — 20 Мячи набивные различной массы — 3 Гантели, гири различной массы

		– 2 Мячи баскетбольные – 15 Насос ручной -1 Рулетка – 1 Баскетбольное оборудование Обручи гимнастические -10 Конусы малые – 5 <u>Свисток-1</u>
--	--	---