УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИЦЕЙ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ УПРАВЛЕНИЯ № 2» Г. ПЕНЗЫ

ОДОБРЕНА	ПРИНЯТА	УТВЕРЖДЕНА
Научно-методическим советом	Педагогическим советом	Приказом директора
МБОУ ЛСТУ № 2 г. Пензы	МБОУ ЛСТУ № 2 г. Пензы	МБОУ ЛСТУ № 2 г. Пензы
Протокол № 1	Протокол № 9	(Попкова Т.Н.)
от « 30 » августа 2023 г	от « 29 » августа 2023 г.	Приказ №224 от «29» 08 2023г.

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности

«БАСКЕТБОЛ»

Срок реализации 3 год

Возраст обучающихся *13-17 лет*

Автор-составитель:

Харитонов Юрий Владимирович

педагог дополнительного образования

Пенза, 2023 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол»

- по содержанию является ***физкультурно-спортивной направленности***
- по уровню освоения – *ознакомительный, базовый, углубленный*
- по форме организации - *очной, групповой*

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

- • Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- • Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- • Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- • "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».
- • Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;
- • Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- • Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);
- • Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
- • Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта (разработаны ФГБУ «Федеральным центром организационно – методического обеспечения

физического воспитания» в 2021 году). Для физкультурно-спортивной направленности.

- Устав МБОУ ЛСТУ №2 г. Пензы;
- «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ ЛСТУ №2г. Пензы».

Актуальность программы в том, что она предназначена для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, а также обеспечивает физическое, психическое и нравственное здоровье школьников. Дополнительная общеобразовательная программа - общеразвивающая программа «Баскетбол» рассматривается как одна из ступеней формирования навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей, с приоритетом жизни и здоровья.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она создана на основе курса обучения правилам игры в баскетбол с использованием технических приемов, тактических действий.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы состоит в том, что она опирается на воспитательную деятельность,

направленную на развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» является модифицированной, разработана на основе программы В.И. Ляха «Физическая культура».

Педагогическая целесообразность *программы объясняется* разнообразными формами и методами проведения занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание. *Наглядные методы*: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у детей конкретные представления об изучаемых действиях. *Практические методы*: упражнения, игры, соревнования, круговая тренировка. Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям. *Игровой и соревновательный методы* применяются после того, как обучающиеся овладели определенными навыками игры. *Метод круговой тренировки* предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учетом технических и физических способностей учащихся.

Цель программы: разносторонне физическое развитие, укрепление здоровья учащихся посредством игры в баскетбол.

Задачи:

Обучающие:

1. Изучение правил игры в баскетбол, основных принципов осуществления судейства баскетбольного матча

2. Обучение основным приемам техники и тактики командных действий на уровне

3. Овладение основами игры в баскетбол;

4. Приобретение необходимого минимума знаний в области гигиены и медицины, физической культуры и спорта.

Развивающие:

1. Формирование навыков сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях.

2. Развитие основных двигательных качеств - силы, выносливости, ловкости и быстроты; формирование жизненно важных двигательных умений и навыков, определенных движений: естественные двигательные действия (ходьба, бег, прыжки, метание и др.) и специальные двигательные действия, необходимые для изучения базовых действий в баскетболе.

3. Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

Воспитательные:

1. Формирование трудолюбия в жизни и в спорте.

2. Развитие коммуникативных качеств.

3. Формирование нравственно-этической ориентации.

4. Формирование гражданственности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека.

5. Способствовать развитию желания ребенка к самопознанию и самоопределению.

6. Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом.

***Возраст детей**, участвующих в реализации данной образовательной программы: 13 - 17 лет.*

Возраст 13-14 лет

Учащиеся этого возраста склонны к выполнению самостоятельных заданий и практических работ на занятиях. Они с готовностью берутся за новые задания, живо откликаются на предложение сделать что-то самостоятельно, принимают участие в выставках, соревнованиях, конкурсах на уровне учреждения, района, города.

Возраст 15-17 лет

Этому возрасту свойственно чувство взрослости: потребность равноправия и уважения, требование серьезного, доверительного отношения со стороны

взрослых. Возрастает самостоятельность, независимость, значительно расширяется сфера деятельности подростка.

Формируется волевое поведение, целеустремленность, поэтому занятия дают возможность доводить начатое дело до конца и добиваться поставленной цели.

В этом возрасте создаются неплохие условия для формирования организаторских способностей, предприимчивости. Приобретается опыт совместного действия в сообществе сверстников и значимых взрослых, объединенных общей деятельностью.

Срок реализации программы: 3 года обучения, базового уровня.

Форма обучения – очная (обязательное изучение теоретических и практических частей программы).

Формы занятий:

- по количеству детей, участвующих в занятии — групповая.
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — занятие-игра, соревнование, турнир, чемпионат.
- по дидактической цели — вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

Режим занятий: 3 раза в неделю

Предполагаемый результат (планируемый результат):

Будут знать:

– Правила ведения здорового образа жизни.

– Историю развития вида спорта «баскетбол».

– Правила игры в баскетбол.

– Тактические приемы в баскетболе.

– Правила оказания помощи при травмах и ушибах.

– Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.

Будут уметь:

– Выполнять основные технические приемы и тактические действия баскетболиста.

– Проводить судейство матча.

– Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

– Соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма.

После обучения по программе у учащихся будут сформированы:

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Предметные результаты:

- умения активно включаться в коллективную деятельность,
- взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- уметь организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- уметь рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- уметь вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Способы проверки результатов освоения программы

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проходит в виде товарищеских матчей среди сборных команд других школ,

техникумов, а также участие в соревнованиях «КЭС-БАСКЕТ» и школьной лиги в регионе.

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Начальный (входной) контроль в начале учебного года	Определение уровня развития детей, их способностей	Беседа, опрос, тестирование, анкетирование
Текущий контроль в течение всего учебного года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольное занятие, самостоятельная работа
Промежуточный По окончании изучения темы или раздела, в конце полугодия, месяца и т.п.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения	Соревнование
Итоговый контроль В конце обучения	Определение изменения уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения	Соревнование, , открытое занятие, итоговое занятие,

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	6	6	-	Опрос
2	Общая физическая подготовка	40	12	28	Тесты, контрольные упражнения
3	Специально физическая подготовка	40	12	28	Тесты, контрольные упражнения
4	Техническая подготовка	42	12	30	Сдача нормативов
5	Тактическая подготовка	42	12	30	Тесты, контрольные упражнения
6	Игровая подготовка	40	-	40	Товарищеские встречи, соревнования, учебные игры
7	Аттестация	6	-	6	Нормативы Соревнования
	Итого:	216	54	162	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Теоретическая подготовка.

Теория: Развитие баскетбола в России и за рубежом. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры.

Контроль: Знания о истории развития баскетбола в России и за рубежом.

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория: Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья. Повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Важность утренней зарядки.

Практика: Строевые упражнения. Упражнения для рук плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для всех групп мышц. Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящему», «Гонка мячей». Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития прыгучести.

Контроль: Контрольные тесты ОФП.

Тема 3. Специальная физическая подготовка.

Теория:. Значение специальных упражнений для применения в игровой деятельности. Виды специальных упражнений.

Практика: Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед. – Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении. Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом). Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны). Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги. Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам. Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами. Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом. – Метание различных мячей в цель. Эстафеты с разными мячами.

Контроль: Контрольные тесты СФП.

Тема 4. Техническая подготовка.

Теория: Мышечно-двигательное представление об изучаемом двигательном действии. Части, фазы и элементы техники двигательного действия. Общий ритм двигательного действия.

Практика: Обучение передвижению в стойке баскетболиста. Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами. Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги. Повороты вперед и назад. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении. Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении. Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока. Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении. Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита. Обучение технике двух шагов с места, в движении. Броски двумя руками от груди с двух шагов.

Контроль: Тестирование с целью определения технической подготовки.

Тема 5. Тактическая подготовка.

Теория: Общие сведения об основных тактических приёмах игры в нападении (индивидуальные и коллективные). Общие сведения об основных тактических приёмах игры в защите (индивидуальные и коллективные).

Практика: Нападение: Выход для получения мяча на свободное место. Обманный выход для отвлечения защитника. Розыгрыш мяча короткими передачами. Атака кольца. «Передай мяч и выходи». Наведение своего защитника на партнера. Защита: Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаке кольца. Подстраховка. Система личной защиты.

Контроль: Тестирование с целью определения тактической подготовки.

Тема 6. Игровая подготовка.

Практика: Игра 2х2. Игра 3х3. Игра 4х4. Игра 5х5. Соревнования.

Контроль: Действия учащихся в игре.

Тема 7. Аттестация.

Практика: Контрольные нормативы. Контрольные игры.

Контроль: Проверка знаний и умений.

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Общая физическая подготовка	41	12	28	Тесты, контрольные упражнения
2	Специально физическая подготовка	41	12	28	Тесты, контрольные упражнения
3	Техническая подготовка	46	12	30	Сдача нормативов
4	Тактическая подготовка	42	12	30	Тесты, контрольные упражнения
5	Игровая подготовка	40	-	40	Товарищеские встречи, соревнования, учебные игры
6	Аттестация	6	-	6	Нормативы Соревнования
	Итого:	216	54	162	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Общая физическая подготовка

Теория: Общая физическая подготовка обеспечивает всестороннее развитие баскетболиста и создает предпосылки для наиболее эффективного проявления специальных физических качеств в избранном виде спорта. Она должна иметь

специфическую направленность, а именно: укреплять органы и системы организма спортсмена применительно к требованиям баскетбола, способствовать переносу тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные действия.

Практика:. толкания, броски ногами тяжелых набивных мячей на дальность; перетягивание, вытеснение или выталкивание партнеров из обозначенного на площадке пространства; вырывание мячей из рук соперников; элементы вольной борьбы и самбо, разнообразные прыжки вверх и в длину с места и короткого разбега;серийные прыжки; прыжки через гимнастические .

Контроль: Контрольные тесты ОФП.

Тема 2. Специальная физическая подготовка.

Теория:. Значение специальных упражнений для применения в игровой деятельности. Виды специальных упражнений.

Практика:. Бег на пять, 10, 15 метров из различных игровых постановок (лицом, боком, сидя, спиной к стартовой линии, лежа на животе и спине). Бег с остановками, ускорениями, изменением направления. Запрыгивание на предметы различной высоты. Спрыгивание с гимнастической скамейки с последующим запрыгиванием на предметы высотой 50−75 см.

Контроль: Контрольные тесты СФП.

Тема 3. Техническая подготовка.

Теория:. Мышечно-двигательное представление об изучаемом двигательном действии. Части, фазы и элементы техники двигательного действия. Общий ритм двигательного действия.

Практика: Обучение передвижению в стойке баскетболиста. Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами. Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги. Повороты вперед и назад. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении. Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении. Ведение мяча на месте, в движении, с изменением

направления, скорости, высоты отскока. Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении. Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита. Обучение технике двух шагов с места, в движении. Броски двумя руками от груди с двух шагов.

Контроль: Тестирование с целью определения технической подготовки.

Тема 4. Тактическая подготовка.

Теория:. обучения технике движений и действий, служащих средством ведения борьбы, направленный на их совершенствование.

Практика: Бег в среднем темпе до указанного ориентира, дальше выполняется рывок до конца площадки; то же, но бег по дугам, «восьмерке». Построение встречными колоннами, один игрок в стороне. Игрок 1 с места передает мяч игроку 3 и сразу выбегает вперед, ловит мяч от игрока 3 и передает его игроку 2, который ловит его на месте. Затем, то же выполняет игрок 2. Игрок 1, продолжая движение, становится в противоположную колонну.

Контроль: Тестирование с целью определения тактической подготовки.

Тема 5. Игровая подготовка.

Практика: Игра 2х2. Игра 3х3. Игра 4х4. Игра 5х5. Соревнования.

Контроль: Действия учащихся в игре.

Тема 6. Аттестация.

Практика: Контрольные нормативы. Контрольные игры.

Контроль: Проверка знаний и умений.

Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	6	6	-	Опрос

2	Общая физическая подготовка	40	12	28	Тесты, контрольные упражнения
3	Специально физическая подготовка	40	12	28	Тесты, контрольные упражнения
4	Техническая подготовка	42	12	30	Сдача нормативов
5	Тактическая подготовка	42	12	30	Тесты, контрольные упражнения
6	Игровая подготовка	40	-	40	Товарищеские встречи, соревнования, учебные игры
Итого:		216	54	162	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Теоретическая подготовка.

Теория: Развитие баскетбола в России и за рубежом. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры.

Контроль: Знания о истории развития баскетбола в России и за рубежом.

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория: Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья. Повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Важность утренней зарядки.

Практика: - повторное поднимание непредельной массы «до отказа» с максимальным усилением; метод круговой тренировки; метод сопряженных действий, интервальный, соревновательный. повторение в медленном темпе 4 — 6 раз предложенного упражнения с массой, 70 — 85 % максимальной; упражнение прерывается кратковременным интервалом расслабления; для развития силовой выносливости: в среднем темпе повторяют «до отказа» упражнение с малыми массами 25 — 50 раз подряд, без отдыха.

Контроль: Контрольные тесты ОФП.

Тема 3. Специальная физическая подготовка.

Теория:. Значение специальных упражнений для применения в игровой деятельности. Виды специальных упражнений.

Практика: Динамические упражнения собственно силового характера, выполняемые на гимнастических снарядах, с партнером, с отягощением. Ведение на максимальной скорости с поворотами. Дистанция от 30 до 65 м. Быстрые передачи мяча тремя игроками в три паса с броском мяча в кольцо 5-7 раз подряд.

Скоростное ведение 1-2 мячей в парах (челноком): Игра в баскетбол 6 таймов по 10 мин. с уменьшением времени отдыха .

Контроль: Контрольные тесты СФП.

Тема 4. Техническая подготовка.

Теория:. Мышечно-двигательное представление об изучаемом двигательном действии. Части, фазы и элементы техники двигательного действия. Общий ритм двигательного действия.

Практика: Построение группами по три человека у одного щита. Один из игроков бросает мяч, другой выполняет функцию активного защитника, а третий снимает мяч после броска и вновь передает его для броска партнеру. Построение колоннами. Ведение мяча с обводкой препятствий справа налево и слева направо одной и другой рукой; то же вокруг стоек. Построение лицом друг к другу у лицевой линии. Один игрок нападающий, другой защитник. Нападающие, используя финты на проход, стараются обыграть защитников и перебежать на противоположную сторону.

Контроль: Тестирование с целью определения технической подготовки.

Тема 5. Тактическая подготовка.

Теория:. направить на достижение эффективного применения технических приемов на фоне изменений игровых условий с помощью тактических действий.

Практика: СКРЕСТНЫЙ ШАГ. Нападающий делает пружинящий шаг вперед-сторону, заставляя защитника сместиться в направлении возможного прохода, резко отталкиваясь от пола ногой, делает ею скрестный шаг и начинает ведение в другом направлении. ПОВОРОТ. Нападающий делает быстрый поворот назад вплоть до того момента, пока не окажется сбоку от защитника, выпускает мяч в пол ближней к направлению поворота рукой и начинает проход с ведением. Последний прием чаще используется при изменении направления ведения, но с успехом может применяться и для обыгрывания защитника в начале ведения..

Контроль: Тестирование с целью определения тактической подготовки.

Тема 6. Игровая подготовка.

Практика: Товарищеские игры с командами других школ.

Контроль: Действия учащихся в игре.

3. Условия реализации программы:

К реализации данной программы может преступить педагог, имеющий специальное педагогическое образование физкультурного профиля, желательно имеющий опыт работы с подростками.

Для реализации данной программы необходимо следующее техническое оборудование:

- спортивный зал ,
- скакалки15 шт.,
- баскетбольные щиты и мячи (2 и 15шт).,
- набивные мячи различного веса 10шт.,
- перекладина 5шт,
- теннисные мячи 10шт.,
- канат 1шт.,
- секундомер 1шт,
- маты 10шт,
- эстафетные палочки 2шт,
- гимнастические палки 10шт,
- гантели 10шт,
- гимнастическая стенка5 шт,
- спортивные жгуты 5 шт,
- фотоаппарат,
- спортивные тренажеры,
- волейбольные мячи 6шт,
- учебные фильмы, кинокольцовки,
- кинограммы по технике и тактике, видеозаписи.

4. Методическое обеспечение образовательного процесса.

-учебная, методическая, познавательная литература:

- дидактические средства и информационные источники; учебные и методические пособия для педагога и учащихся;
- КТП; конспекты открытых занятий,
- диагностические и контрольные материалы (диагностические и информационные карты, анкеты для детей и родителей);
-нормативные материалы по осуществлению групповых и массовых форм работы с учащимися (Положения о соревнованиях).

5. Список литературы для педагогов:

1.Анискина С.Н. Методика обучения тактике игры в баскетбол: метод, разраб. / С.Н.Анискина. - М.: ГЦОЛИФК, 1991. - 38 с.

2. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры / под общ. ред. Ю.М. Портнова. - М., 1997. - 450 с.

3.Баскетбол. Примерная программа спортивной подготовки для детскоюношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Ю.Д. Железняк. - М.: Советский спорт, 2004. - 100 с.

4. Баула Н.П. Баскетбол: Тактика игры 5-6 классы / Н.П. Баула, В.И.Кучеренко. - М.:Чистые пруды, 2005. - 32 с.

5. Башкирова М.М. Спортивно-оздоровительные клубы за рубежом/М.М.Башкирова, СИ. Гуськов. - М.: ВНИИФК, 1994.-40 с.

6. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса /Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1985.- 176 с.

7. Волков В.М. Спортивный отбор(медико-биологически очерк)/В.М.Волков. - Смоленск, 1979. - 60 с.

8. Вуден Д.Р. Современный баскетбол / сокр. пер. с англ. - М.: Физкультура и спорт,1987. - 254 с.

9. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Б. Гат-мен, Т.Финнеган / пер. с англ. Т.А. Бобровой. - М.: АСТ: Астрель, 2007. - 303 с.

10. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский. - М.: Гранд, 1997. - 224 с.

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

12. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболистов: учеб. пособие / А.М. Грасис. - М.: Физкультура и спорт, 1967. - 112 с.

13. Грошев А.М. Обеспечение надежности бросков мяча в баскетболе: автореф.дисс. канд. пед. наук / А.М. Грошев. - Малаховка, 2005. - с.15.

14. Губа В.П. Особенности отбора в баскетболе / В.П. Губа, С.Г. Фомин, СВ. Чернов. - М.: Физкультура и спорт, 2006. -144.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.

2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ., 2007г.

3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2006г.

4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.

5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.

6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999г.

7. Леонов А.Д. Малый А.А. Баскетбол – книга для учащихся – Киев, Радянська школа, 1989.