

# 1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» составлена с учетом потребностей образовательного учреждения и в соответствии с нормативно-законодательной базой, регламентирующей деятельность общеобразовательных организаций, реализующих дополнительное образование:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с внесенными изменениями в части определения содержания воспитания в образовательном процессе;

2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительством РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;

3. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденным 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ;

4. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 года № 474 «О приоритетных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г;

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 11 июля 2020 года);

7. План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года, утвержденных распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 года № 122-р;

8. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28;

9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), Москва, 2015г.- Информационное письмо 09-3242 от 18.11.2015г.;

10. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

11. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской федерации от 05 мая 2018 г. № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018г., регистрационный № 25016);

12. Распоряжение главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 4 июля 2019 года № 177-р «О концепции мероприятия по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка»;

13. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (РМЦ, 2020г.).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – Программа). Данная Программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования обучающихся общеобразовательного учреждения с использованием способов двигательной деятельности из раздела «Баскетбол». В процессе овладения двигательной деятельностью вместе с общеобразовательной направленностью у обучающихся не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Направленность программы.

## Направленность программы физкультурно-спортивная.

## Новизна и актуальность

**Новизной** данной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы обучающийся формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

**Актуальность** программы состоит в том, что, физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации обучающихся. Занятия спортом в школе включает обучающихся во множество социальных отношений с обучающимися других классов и возрастов, создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в школьной среде. Спортивные упражнения, подвижные игры с мячом играют особую роль во всестороннем физическом развитии обучающихся.

## Отличительные особенности программы

**Отличительные особенности** данной программы заключаются в том, что она состоит из трех разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

## Адресат программы

Программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов рабочей программы предмета и дисциплины «Физическая культура» и представлена как обязательный вид спорта в государственном стандарте. Кроме того, баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в школе. В реализации данной программы участвуют обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет, набор производится по следующим параметрам: наличие способностей, базовых знаний и желание обучающихся совершенствовать свои умения и навыки в игре баскетбол. Заниматься могут обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям.

Наполняемость групп – не менее 15 человек.

**Срок реализации программы и объем учебных часов**

## Программа рассчитана на 1 учебный год.

## Формы обучения

Очная. Возможна дистанционная форма обучения (при возникновении условий временного ограничения (приостановки) для учащихся занятий в очной (контактной) форме по санитарно-эпидемиологическим и/или другим основаниям).

## Режим занятий

Учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с программой. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Группа** | **Количество раз в неделю** | **Количество часов в неделю** | **Всего** |
| Средняя | 1 | 2 | 68 часов в год |

# Цель и задачи ДООП

**Цель программы:** создание условий для удовлетворения потребности обучающегося в двигательной активности через занятия баскетболом, формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков.

**Задачи:**

Обучающие:

- обучить способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;

Развивающие:

- мотивировать обучающихся к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

- помочь в осуществлении самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности;

- совершенствовать функциональных возможностей организма;

Воспитывающие:

- формировать позитивную психологию общения и коллективное взаимодействие;

- формировать умения в организации и судействе спортивной игры «баскетбол».

В осуществлении цели и задач программа ориентирует на единство всех форм системы физического воспитания обучающихся: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

# 2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Название  раздела и темы занятия | Количество учебных часов | | | Формы аттестации/ контроля |
| Общее  кол-во часов | Теория | Практика |  |
| 1 | ОФП. Ходьба и бег | 1 | 15 мин | 25 мин | Сдача нормативов |
| 2 | Перемещения; ловля - передача и ведения мяча на месте | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 3 | Передача одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками над головой. Передача мяча двумя руками в движении | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 4 | Техника броска после ведения мяча. Техника поворотов в движении. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 5 | Техника ловли мяча, отскочившего от щита. Техника броска в движении после ловли мяча. Техника броска в прыжке с места | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 6 | Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | 1 | 10 мин | 30 мин | Зачёт |
| 7 | Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | 1 | 10 мин | 30 мин |  |
| 8 | Техника передач и бросков в движении; опека игрока без мяча | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 9 | Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу | 1 | 10 мин | 30 мин |  |
| 10 | Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом | 1 | 10 мин | 30 мин |  |
| 11 | Техника отвлекающих действий на бросок | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 12 | Техника передачи и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 13 | Техника выбивания мяча после ведения | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 14 | Техника атаки двух нападающих против одного защитника | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 15 | Выбивание мяча при ведении | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 16 | Передача одной рукой с поворотом | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 17 | Передача в движении в парах. Передачи в тройках в движении. Закрепление передач в движении | 1 | 10 мин | 30 мин |  |
| 18 | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 19 | Закрепление техники передач мяча | 1 | 15 мин | 25 мин | Зачёт |
| 20 | Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 21 | Техника передач в движении, нападение через центрового игрока | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 22 | Техника нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 23 | Заслон через центрового | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 24 | Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 25 | Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 26 | Прием нормативов по технической подготовке | 1 | 15 мин | 25 мин | Зачёт |
| 27 | Техника комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 28 | Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 29 | Закрепление техники и тактики в игре, бросков | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 30 | Техника быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 31 | Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры | 1 | 15 мин | 25 мин | Зачёт |
| 32 | Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 33 | Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 34 | Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 35 | Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 36 | Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 37 | Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 38 | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 39 | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 40 | Выполнение техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 41 | Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 42 | Передачи на максимальной скорости, нападение двумя центрами | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 43 | Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 44 | Техника ведения на максимальной скорости | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 45 | Закрепление техники добивания мяча в корзину | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 46 | Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 47 | Закрепление техники бросков и передач в движении | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 48 | Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | 1 | 15 мин | 25 мин | Зачёт |
| 49 | Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 50 | Закрепление бросков в движении | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 51 | Прием нормативов по технической и специальной подготовке | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 52 | Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 53 | Совершенствование в технических приемах | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 54 | Финты с мячом. Финт на передачу мяча. Финт на бросок мяча. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 55 | Совершенствование технических приемов и тактических действий. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 56 | Сочетание приемов без броска в кольцо. Командные действия в нападении и защите: позиционное нападение. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 57 | Сочетание приемов с броском в кольцо. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка») | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 58 | Совершенствование технических приемов и тактических действий. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка») | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 59 | Индивидуальные действия в нападении. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон». | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 60 | Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 61 | Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2х1) | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 62 | Совершенствование технических приемов и тактических действий. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие в нападении с участием двух игроков и выходом на свободное место. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 63 | Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух нападающих против двух защитников. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3х2). | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 64 | Совершенствование технических приемов и тактических действий. Командные действия в нападении и защите: зонная защита. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 65 | Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2х1) | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 66 | Совершенствование технических приемов и тактических действий. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие в нападении с участием двух игроков и выходом на свободное место. | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
| 67 | Промежуточная аттестация. | 1 | 5 мин | 35 мин | Сдача нормативов |
| 68 | Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки | 1 | 15 мин | 25 мин |  |
|  | Итого: | **68** |  |  |  |

**Содержание учебного плана программы**

**Основы знаний**

**Теория:** Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. История баскетбола. Правила в баскетболе. Развитие баскетбола в России. Режим и питание спортсмена. Правила личной гигиены и закаливание организма.

**Практика:** Режим и питание спортсмена. Правила личной гигиены и закаливание организма.

**Перемещения**

**Теория:**

- стойка игрока (исходные положения);

- перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед;

- сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

**Практика:** Отработка упражнений.

**Передачи мяча**

**Теория:**

- передача от плеча;

- передача от груди;

- передача из-за головы;

- передача в движении;

- передача на месте и в движении.

**Практика:** Отработка упражнений.

**Ведение мяча**

**Теория:**

- ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте;

- ведение мяча в движении по прямой;

- Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.

**Практика:** Отработка упражнений.

**Перехват мяча**

**Теория:**

- перехват мяча при передаче;

- перехват мяча при ведении.

**Практика:** Отработка упражнений.

**Броски мяча в кольцо**

**Теория:**

- ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита;

- броски мяча одной рукой от плеча с места;

- ведение мяча с броском в кольцо справа, с лева и по центру на кольцо;

- броски одной рукой от плеча в движении после ловли;

- штрафной бросок.

**Практика:** Отработка упражнений.

**Тактические игры**

**Теория:**

- индивидуальные тактические действия в нападении;

- индивидуальные тактические действия в защите;

- групповые действия в нападении и защите;

- игра вбаскетбол с заданными тактическими действиями.

**Практика:** Отработка упражнений.

**Подвижные игры и эстафеты**

**Теория:**

- игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий;

- игры развивающие физические способности.

**Практика:** Отработка технических приемов и тактических действий.

**Физическая подготовка**

**Теория:**

- развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

**Практика:** Отработка навыков физической подготовленности.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностные:**

-формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

- формирование уважительного отношения к иному мнению;

-развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

-развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

**Метапредметные:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении упражнений, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные:**

- представлять занятия баскетболом как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками игры, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- выполнять технические действия баскетбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

**Обучающийся научится:**

- выполнять ведение мяча на месте, в движении, со сменой направления и скорости движения;

- выполнять передвижения в стойке баскетболиста, остановку прыжком и двумя шагами, повороты вперед, назад;

- выполнять передачу и ловлю мяча на месте, в движении в парах, тройках.

- выполнять броски мяча от плеча, груди одной и двумя руками, с места, после ведения с остановкой и в два шага;

- уметь выполнять индивидуальные и групповые действия в защите и нападении.

Обучающийся получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

- играть в баскетбол.

# КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Год обучения** | **Дата**  **начала занятий** | **Дата окончания занятий** | **Количество учебных**  **недель** | **Количество учебных**  **дней** | **Количество**  **учебных**  **часов** | **Режим**  **занятий** | **Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации** |
| 1 | 2023-2024 | 07.09.  2023 | 30.05.  2024 | 34 | 68 | 68 | Очное | Апрель-май |

# 5.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Материально-техническое обеспечение**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.

**Информационное обеспечение**

Журналы и справочники, а также фото и видеоаппаратура, электронные носители.

**Кадровое обеспечение**

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт работы с детьми не менее года, образование –педагогическое.

**6.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Формы аттестации**

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;

- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;

- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

## Оценочные материалы

Текущий контроль.

Промежуточный контроль.

Итоговый контроль.

Тестирование  проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и перед началом летней серии игр – в апреле – мае.

Контрольные нормативы.

Общефизическая и специальная физическая подготовка.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Нормативы общефизической подготовки** | **Мальчики** | **Девочки** |
| 1 | Бег 30 м, (сек.) | 6,1 - 5,5 | 6,3 - 5,7 |
| 2 | Челночный бег 3х10 м, (сек.) | 9,3 - 8,8 | 9,7 - 9,3 |
| 3 | Прыжки в длину с места, (см.) | 160 - 180 | 150 - 175 |
| 4 | 6-минутный бег, (м.) | 1000-1100 | 850-1000 |
| 5 | Наклон вперёд из положения сидя, (см.) | 6 - 8 | 8 - 10 |
| 6 | Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки). | 4 - 5 | 10 - 14 |
| 7 | Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин). | 100-110 | 110-120 |
| 8 | Прыжки в высоту с разбега, (см.) | 90-100 | 80-90 |
| 9 | Прыжки в высоту с места, (см.) | 40-45 | 35-40 |

# 7.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

**Методические материалы**

**Дидактические материалы:**

- Картотека упражнений по баскетболу.

- Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе.

- Правила игры в баскетбол.

- Правила судейства в баскетболе.

- Регламент проведения баскетбольных турниров различных уровней.

- Положение о соревнованиях по баскетболу.

**Методические рекомендации:**

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.

- Рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом.

- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по баскетболу.

- Инструкции по охране труда.

**Техническое оснащение занятий**

1) щиты с кольцами (2 комплекта);

3) мячи баскетбольные: № 5 – 15 шт., № 6 – 15 шт., № 7 – 15 шт.;

4) насос ручной, иглы;

5) стойки для обводки (8 шт.);

6) гимнастические скамейки (4 шт.);

7) мячи набивные весом 3 кг и 5 кг (10 шт.).

# 8.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Матвеев А. П., Меньшиков С. Б. «Методика физического воспитания с основами теории». Учебн. пособие для студентов пед. институтов и учащихся пед. училищ. М. Просвещение. 2001г.

2. Министерство Просвещения СССР «Программа для внешкольных учреждений, как типовые. Спортивные кружки и секции». Издание третье, переработ. и дополненное. Москва. «Просвещение». 2006. Для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.

3. Примерная программа спортивной подготовки для детскоюношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, утвержденная Федеральным агентством по физической культуре и спорту/.Баскетбол.

4. Чистополов В. Н., Чистополов С. В., Богатырёв В. С. «Энциклопедия баскетболиста». 1998, 2000.

5.Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.(Стандарты второго поколения).

6. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: : Учитель, 2011.- 251с.

7.Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Баскетбол.- М.: Физическая культура и спорт, 2003.-144с.

8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.- 2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.-480 с. Авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.