

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №33» г. Рязани**

Принята
на заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Школа №33»
С.А. Гардер
Приказ № 220/2-д от 31.08.2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации программы: 2 года

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Составитель:
Столярова Ольга Валерьевна,
учитель физической культуры

РЯЗАНЬ 2022 ГОД

Пояснительная записка

Направленность программы

Данная программа физкультурно-спортивной направленности предназначена для организации занятий по баскетболу в рамках дополнительного образования школьников.

Программа составлена согласно федеральному государственному образовательному стандарту общего образования на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича (2010г.).

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время баскетбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Новизна программы

Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных и личностных результатов. В данной программе представлен авторский вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Цели и задачи

Обучения игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников;
- ознакомление с историей развития баскетбола;
- освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом;
- воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Данная программа рассчитана для обучающихся 12-15 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья и имеющие медицинский допуск врача. Занятия проводятся во второй половине дня.

Форма обучения – групповая, индивидуальная.

Методы обучения – игровой, соревновательный.

Форма контроля – тестирование, контрольные испытания.

Формы подведения итогов реализации программы:

- школьные соревнования среди параллелей своих классов;
- участие в муниципальных соревнованиях;
- участие в окружных и городских соревнованиях.

Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе и в зале. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в баскетбол.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

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.

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;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Учебно-тематический план**1 год обучения**

№	Название темы	Всего часов	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка	3	1	2
2	Общая физическая подготовка	4	1	3
3	Техническая подготовка	19	3	16
4	Тактическая подготовка	6	2	4
5	Тестирование, контрольные испытания	2	1	1
	Итого	34	8	26

Учебно-тематический план**2 год обучения**

№	Название темы	Всего часов	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Теоретическая подготовка	3	1	2
2	Общая физическая подготовка	4	1	3
3	Техническая подготовка	16	3	13

4	Тактическая подготовка	9	2	7
5	Тестирование, контрольные испытания	2	1	1
	Итого	34	8	26

Содержание программы 1 года обучения

1. «Теоретическая подготовка»

Правила техники безопасности при проведении занятий.

История рождения и развития баскетбола. Правила соревнований.

2. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости).

Круговая тренировка.

Подвижные игры.

3. «Техническая подготовка»

Стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок.

Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам

4. «Тактическая подготовка»

Групповые и командные действия в нападении.

Групповые и командные действия в защите.

5. Тестирование, контрольные испытания

Содержание программы 2 года обучения

1. «Теоретическая подготовка»

Правила техники безопасности при проведении занятий.

История рождения и развития баскетбола. Правила судейства.

2. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на совершенствование физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости).

Круговая тренировка.

Подвижные игры.

3. «Техническая подготовка»

Совершенствование техники стоек баскетболиста.

Совершенствование техники остановки прыжком.

Совершенствование техники остановки в двумя шагами.

Совершенствование техники ловли и передачи мяча.

Совершенствование техники передачи мяча одной рукой от плеча.

Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления.

Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления и скорости.

Совершенствование техники броска мяча одной рукой с места.

Совершенствование техники бросков мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов.

Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки.

Совершенствование техники штрафного броска.

Учебно-тренировочные игры.

4. «Тактическая подготовка»

Групповые и командные действия в нападении.

Групповые и командные действия в защите.

5. Тестирование, контрольные испытания

**Календарно-тематическое планирование
1 год обучения**

№ урока	Тематика урока	К о л - в о ч а с о в	Тип урока (форма и вид деятель ности)	Основны е элемент ы содержа ния програм мы	Результаты освоения учебного материала (в соответствии с ФГОС)	Освоение предметных знаний (базовые понятия)
1	Знания о игре баскетбол	1	Урок «откры тия» нового знания;	Техника безопасн ости	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.	Общие сведения Правила игры
2	ОФП	1	Урок «откры тия» нового знания;	обучени е передви жению в колонне с мячом; выполне ние игрового упражне ния.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	Изучение понятий «шеренга» и «колонна»
3	Техничес кие действия баскетбо	1	Урок постан овки учебно	Стойка и передви жение игрока	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками;	Стойка игрока Передвижение различным способом

	листа		й задачи	Разминка в движении; технические действия в игре	слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	
4	Технические действия баскетболиста	1	Урок постановки учебной задачи	Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	Ведение мяча Правила игры
5	Специальная физическая подготовка	1	урок отработки умений	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Ведение мяча Правила игры
6	Техническая и тактическая подготовка	1	урок отработки умений	Стойка и передвижение игрока	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.	приемы игры развитие тактического мышления, быстроты

	ка				<p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	<p>реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>
7	Техническая и тактическая подготовка	1	Урок отработки умений	Стойка и передвижение игрока	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	<p>Тактическое мышление, быстрота реакции, ориентировки, высокой сообразительность, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>
8	Техническая и тактическая подготовка	1	Урок отработки умений	Ведение мяча правой и левой рукой на месте	<p>Коммуникативные</p> <ul style="list-style-type: none"> - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в 	<p>Эстафета Пробежка Ведение</p>

					<p>группе;</p> <ul style="list-style-type: none"> - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. <p>способность личности к полноценному решению задач</p>	
9	Ведение мяча	1	урок отработки умений	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком	<p>Коммуникативные:</p> <p>формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	приемы игры развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
10	Ведение мяча	1	Урок отработки	Ведение мяча с	<p>Коммуникативные</p> <ul style="list-style-type: none"> - интегрироваться в группу сверстников и строить 	Эстафета Пробежка Ведение

			уменьшений	разной высоты отскока. Остановка прыжком	продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. Регулятивные: - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. способность личности к полноценному решению задач	
11	Ведение мяча	1	Урок открытия нового знания	Ведение мяча с изменением направления движения	Коммуникативные готовность адекватно реагировать на нужды других; в частности, оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности Регулятивные: Развитие степени уверенности в своей возможности осуществить определенную деятельность	Направление движения Правила Ведения
12	Индивидуальная	1	Комбинировано	Различные	Коммуникативные Формировать навык	Ведение Правила

	работа с мячом		ванн ый	способ ы ведени я мяча. Стойки и переме щения. Эстафе ты с мячом.	учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам Познавательные Уметь повторить упражнения с мячом в одиночку	эстафеты
1 3	Техничес кие и тактичес кие действия	1	Подв ижны е игры с мячо м	Различ ные способ ы ведени я мяча. Подви жные игры с эlemen том баскетб ола.	Коммуникативные Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку	Правила игры Ведение
1 4	Техничес кая и тактичес кая	1	Урок отраб отки умен	Переда ча мяча одной рукой	Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной	Техническая и тактическая подготовка

	подготов ка		ий	от плеча. Различ ные способ ы ведени я мяча.	работы определение цели и функций участников, способов взаимодействия планирование общих способов работы Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения	Передача
1 5	Общесфиз ическая подготов ка	1	Урок контр оля умен ия и навык ов	Техник а выполн ения	Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников Познавательные Уметь рассказать о проведении тестирования упражнений	Подтягивание прыжок в длину с места челночный бег
1 6	Бросок мяча одной рукой от плеча	1	Урок откры тия новог о знани я	Повтор ение и закрепл ение ведени я, переда чи мяча	Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	Высота отскока Бросок Передача

					Познавательные Уметь выполнять броски и ведение мяча	
1 7	Эстафеты	1	Урок отработки умений	Повторение и закрепление элементов баскетбола	Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. Регулятивные: - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. способность личности к полноценному решению задач	Эстафета Пробежка Передача Бросок в прыжке
1 8	Штрафной бросок	1	Урок открытия нового знания	Освоение приема в игры	Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	Штрафной бросок

					Познавательные Уметь выполнять броски и ведение мяча	
19	Бросок в кольцо	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыка в	Коммуникативные Регулятивные: Познавательные	Штрафной бросок
20	Броски в кольцо в движении	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыка в броске в мяча в кольцо в движении	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять броски в движении	Штрафной бросок Бросок в движении
21	ОФП	1	Урок отработки умений и навыков	Учет знаний по техническим приемам в баскетболе	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Познавательные: Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку	Ведение Передача Броски

2 2	Взаимодействие игроков в нападении	1	Урок открытия нового знания	Закрепления навыка в нападении	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	Нападение
2 3	Взаимодействие игроков в защите	1	Урок открытия нового знания	Закрепление навыков защиты	<p>Коммуникативные:</p> <p>сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита
2 4	Взаимодействие игроков в защите	1	Урок открытия нового знания	Закрепление навыков защиты	<p>Коммуникативные:</p> <p>сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита
2 5	Взаимодействие игроков	1	Урок отработки	Закрепление навыков	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в</p>	<p>Нападение</p> <p>Защита</p> <p>Правила</p>

	в нападении и защите		умений и навыков	защиты и нападения	организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Знать правила игры баскетбол	
2 7	Мини- баскетбол	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыков в нападении и защите	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
2 8	Мини- баскетбол		Урок отработки умений и навыков	Закрепление технических и тактических приемов	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча

					Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	
29	Учебная игра	1	Урок отработки умений и навыков	Освоение приемов в игры	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: знать правила игры баскетбол	Броски мяча Нападение Защита
30	Тестирование	1	Урок контроля и оценки	Тестирование подтягивание метание челночный бег	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Прыжки в длину Метание Подтягивание
31	Мини-баскетбол	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыков в нападении и защите	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Нападение быстрым прорывом Помеха попаданию мяча Перехват Бросок в прыжке
32	Взаимодействие игроков		Урок отработки умений	Закрепление навыков защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного	Нападение Защита Правила

	в нападении и защите		и навыков	и нападений	действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Знать правила игры баскетбол	
3 3	Мини- баскетбол	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыков в нападении и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
3 4	Итоговое занятие	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыков в нападении и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча

**Календарно-тематическое планирование
2 год обучения**

№ урока	Тематика урока	К о л - в о ч а с о в	Тип урока (форма и вид деятель ности)	Основны е элемент ы содержа ния програм мы	Результаты освоения учебного материала (в соответствии с ФГОС)	Освоение предметных знаний (базовые понятия)
1	Знания об игре баскетбол	1	Урок «откры тия» нового знания;	Техника безопасн ости	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.	Общие сведения Правила игры
2	ОФП	1	Урок отрабо тки знаний	Соверше нствован ие передви жению в колонне с мячом; выполне ние игрового упражне ния.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	Изучение понятий «шеренга» и «колонна»
3	Техничес кие действия баскетбо	1	Урок постан овки учебно	Стойка и передви жение игрока	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками;	Стойка игрока Передвижен ие

	листа		й задачи	Разминка в движении; технические действия в игре	слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	различным способом
4	Технические действия баскетболиста	1	Урок отработки умений	Совершенствование техники стоек и передвижений игрока Разминка в движении; технические действия в игре	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	Ведение мяча Правила игры
5	Специальная физическая подготовка	1	урок отработки умений	Совершенствование техники ведения мяча на месте с разной высотой отскока	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Ведение мяча Правила игры
6	Техническая и тактическая	1	урок отработки умений	Совершенствование техник	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие	приемы игры развитие тактического

	подготов ка			и Сток и передв ижений игроко в	отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	о мышления, быстроты реакции, ориентиров ки, высокой сообразител ьности, творческой предприимч ивости и способност и предсказыв ать решения различных баскетбольн ых задач.
7	Техничес кая и тактичес кая подготов ка	1	Урок отрабо тки умений	Совер шенств ование техник и Сток и передв ижений игрока	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	Тактическо е мышление, быстрота реакции, ориентиров ки, высокой сообразител ьност, творческой предприимч ивости и способност и предсказыв ать решения различных баскетбольн ых задач.
8	Техничес кая и тактичес кая	1	Урок отраб отки умен	Совер шенств ование техник	Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное	Эстафета Пробежка Ведение

	подготов ка		ий	и Ведени я мяча правой и левой рукой на месте	взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. Регулятивные: - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. способность личности к полноценному решению задач	
9	Ведение мяча	1	урок отрабо тки умений	Совер шенств ование техник и Ведени я мяча на месте и в движен ии. Остано вка прыжк ом	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по	приемы игры развитие тактическог о мышления, быстроты реакции, ориентиров ки, высокой сообразител ьность, творческой предприимч ивости и способност и

					баскетболу.	предсказыв ать решения различных баскетбольн ых задач.
1 0	Ведение мяча	1	Урок отраб отки умен ий	Совер шенств ование техник и Ведени я мяча с разной высоты отскока . Остано вка прыжк ом	Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. Регулятивные: - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. способность личности к полноценному решению задач	Эстафета Пробежка Ведение
1 1	Ведение мяча	1	Урок отраб отки умен ий	Совер шенств ование техник и Ведени я мяча с	Коммуникативные готовность адекватно реагировать на нужды других; в частности, оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели	Направлени е движения Правила Ведение

				измене нием направ ления движен ия	совместной деятельности Регулятивные: Развитие степени уверенности в своей возможности осуществить определенную деятельность	
1 2	Индивидуальная работа с мячом	1	Комбинированный	Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.	Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам Познавательные Уметь повторить упражнения с мячом в одиночку	Ведение Правила эстафеты
1 3	Технические и тактические действия	1	Подвижные игры с мячом	Различные способы ведения мяча. Подвижные игры с элементом баскетбола.	Коммуникативные Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату	Правила игры Ведение

					Познавательные Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку	
1 4	Техничес кая и тактичес кая подготов ка	1	Урок отраб отки умен ий	Совер шенств ование техник и Переда чи мяча одной рукой от плеча. Различ ные способ ы ведени я мяча.	Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы определение цели и функций участников, способов взаимодействия планирование общих способов работы Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения	Техническ ая и тактическ ая подготовк а Передача
1 5	Общезна вательная подготов ка	1	Урок контр оля умен ия и навык ов	Техник а выполн ения	Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников Познавательные Уметь рассказать о проведении тестирования упражнений	Подтягиван ие прыжок в длину с места челночный бег
1 6	Бросок мяча	1	Урок откры	Повтор ение и	Коммуникативные Сохранять	Высота отскока

	одной рукой от плеча		тия новог о знани я	закрепл ение ведени я, переда чи мяча	доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников Познавательные Уметь выполнять броски и ведение мяча	Бросок Передача
1 7	Эстафет ы	1	Урок отраб отки умен ий	Повтор ение и закрепл ение элемен тов баскетб ола	Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. Регулятивные: - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. способность личности к полноценному решению задач	Эстафета Пробежка Передача Бросок в прыжке
1 8	Штрафн ой	1	Урок откры	Освоен ие	Коммуникативные Сохранять	Штрафной бросок

	бросок		тия новог о знани я	приемо в игры	доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников Познавательные Уметь выполнять броски и ведение мяча	
1 9	Бросок в кольцо	1	Урок отраб отки умен ий и навык ов	Закреп ления навыко в	Коммуникативные Регулятивные: Познавательные	Штрафной бросок
2 0	Броски в кольцо в движени и	1	Урок отраб отки умен ий и навык ов	Закреп ления навыко в броско в мяча в кольцо в движен ии	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять броски в движении	Штрафной бросок Бросок в движении
2 1	ОФП	1	Урок отраб отки умен ий и навык ов	Учет знаний по технич еским приема м в	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство Регулятивные: Сохранять	Ведение Передача Броски

				баскетболе	доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Познавательные: Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку	
2 2	Взаимодействие игроков в нападении	1	Урок открытия нового знания	Закрепления навыков в нападении	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Нападение
2 3	Взаимодействие игроков в защите	1	Урок открытия нового знания	Закрепление навыков защиты	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Защита
2 4	Взаимодействие игроков в защите	1	Урок открытия нового знания	Закрепление навыков защиты	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие	Защита

					отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	
2 5	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1	Урок отработки умений и навыков в	Закрепление навыков защиты и нападения	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Знать правила игры баскетбол	Нападение Защита Правила
2 7	Мини-баскетбол	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыков в нападении и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
2 8	Мини-баскетбол		Урок отработки	Закрепление технических	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в	Штрафной бросок Помеха

	Л		отки умен ий и навык ов	ких и тактичес ких приемов	организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	попаданию мяча Перехват Бросок мяча
2 9	Учебная игра	1	Урок отраб отки умен ий и навык ов	Освоен ие приемо в игры	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: знать правила игры баскетбол	Броски мяча Нападение Защита
3 0	Тестиров ание	1	Урок контро ля и оценки	Тестиров ание подтягив ание метание челночн ый бег	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Прыжки в длину Метание Подтягиван ие
3 1	Мини- баскетбо л	1	Урок отраб отки умен ий и навык ов	Закреп ления навыко в нападе ния и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение	Штрафной бросок Нападение быстрым прорывом Помеха попаданию мяча Перехват Бросок в

					контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	прыжке
3 2	Взаимодействие игроков в нападении и защите		Урок отработки умений и навыков в	Закрепление навыков защиты и нападения	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Знать правила игры баскетбол	Нападение Защита Правила
3 3	Мини-баскетбол	1	Урок отработки умений и навыков	Закрепления навыков в нападении и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
3 4	Итоговое занятие	1	Урок отработки умений и	Закрепления навыков в нападении	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок

			навык ов	ния и защиты	формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	мяча
--	--	--	-------------	-----------------	---	------

Требования к знаниям и умениям, которые обучающиеся должны приобрести в процессе реализации программы

В ходе реализации программы по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике:

- Правила техники безопасности при проведении занятий.
- Историю рождения и развития баскетбола.
- Основы спортивной тренировки – методы обучения.
- Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.
- Правила соревнований. Судейство соревнований.

– **Технические умения:**

Ведение мяча правой и левой рукой.
Ведение с разной высотой отскока и с изменением направления.
Передачи мяча.
Ловли мяча.
Броски мяча.
Штрафной бросок.
Специальные упражнения и комбинации.
Эстафеты.

– **Тактические знания:**

Индивидуальная тактика.
Тактика игры в защите.
Тактика игры в нападении.
Правила игры.
Баскетбольная терминология.

– **Физическая подготовка:**

Упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости.

– **Морально – волевая подготовка:**

В результате реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» у обучающихся развиваются такие качества как: товарищество, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким, привычки подчинять свои действия интересам коллектива; развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

По окончании курса обучающиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий по баскетболу, сформировать первичные навыки судейства.

Учебно-методическая литература

1. Вальтин А.И. Мини-баскетбол в школе. - М.: Просвещение, 1976.-111с.
2. Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д. На уроках баскетбол// Физическая культура в школе. –1991.-№2- с. 27-30.
3. Полянцева Н.В. Тренировка точности выполнения технических приемов у юных баскетболистов 10-12 лет.
4. Туркунов Б.И. Обучение баскетболу (V-VI классах)// Физкультура в школе. – 1993.-№4.-С.13-20.
5. Федосеев В.В. На уроках баскетбола.// Физкультура в школе-1995.- №2-с.26-27.
6. Шерстюк А.А. и др. Баскетбол: основные технические приемы, методика обучения в группах начальной подготовки: Учебное пособие, - Омск, 1991.-60с.
7. Хмелик Н.А. Постарайся попасть в кольцо. – М.: Физкультура и спорт, 1985.-70с.
8. Яхонтов Е.Р., Генкин В.А. Баскетбол. – М.: Физкультура и спорт, 1978.-45с.
9. Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ. ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.
10. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.
11. Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.
12. Краузе Д., Мейер Д., Мейер Дж. Баскетбол – навыки и упражнения. М. АСТ. Астрель. 2006. 216 с.
13. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010.
14. Программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования СДЮШОР. Баскетбол. - М., 2004.
15. Портнов Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. - М., 1996.
16. Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка баскетболистов. Учебное пособие. С-П. 2000. 58 с.
17. Баррел Пэе, Патрик Пайе. Баскетбол. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
18. Гомельский Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.
19. Методическое руководство для судей-секретарей по баскетболу. Москва, 2009.
20. Соколовский Б.И., Костикова Л.В. Словарь баскетбольных терминов на английском и русском языках. Москва, РФБ, 2012.21
21. 100 лет российского баскетбола: история, события, люди (Текст): справочник / Автор-составитель В.Б. Квасков. – М.: Советский спорт. 2006. – 274 с.:ил.

Интернет-ресурсы:

1. www.fiba.com - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола
2. www.basket.ru - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола

Материально-техническое оснащение:

1. Баскетбольные кольца и баскетбольные мячи
2. Стенка шведская
3. Конусы
4. Сетка для защиты окон
5. Маты
6. Скакалки