

Управление образования и молодежной политики администрации муниципального
образования Александровский муниципальный район
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «АЛЕКСАНДРОВСКАЯ РАЙОННАЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**

Принята на заседании
Педагогического совета
от 28.08.2025 г.
Протокол № 2



Утверждаю
приказ от 29.08.2025 г. № 15-о
директор МБУДО «АРДЮСШ»
В.А. Тюрина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«Баскетбол. Продвинутый уровень»

Возраст обучающихся: 9-12 лет

Срок реализации: 1 год

Тренер-преподаватель по баскетболу
Ковалева М.А.

г. Александров
2025 г.

Управление образования и молодежной политики администрации муниципального
образования Александровский муниципальный район
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «АЛЕКСАНДРОВСКАЯ РАЙОННАЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**

**Принята на заседании
Педагогического совета
от 28.08.2025 г.
Протокол № 2**

**Утверждаю
приказ от 29.08.2025 г. № 15-о
директор МБУДО «АРДЮСШ»
В.А. Тюрина**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«Баскетбол. Продвинутый уровень»

Возраст обучающихся: 9-12 лет

Срок реализации: 1 год

Тренер-преподаватель по баскетболу
Ковалева М.А.

г. Александров
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель и задачи программы.....	5
3. Содержание программы.....	6
4. Содержание учебного плана.....	8
5. Комплекс организационно-педагогических условий (календарный учебный график).....	12
6. Условия реализации программы.....	13
7. Формы аттестации.....	14
8. Методические материалы.....	14
Список используемой литературы.....	16
Приложения (№1,2).....	17

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе следующих нормативно-правовых актов и методических рекомендаций:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р (ред. от 01.07.2025) "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р" (вместе с "Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года");
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
9. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, разработанные в рамках реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» Институтом образования ФГАУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа

- экономики» совместно с ФГБОУ ВО «Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина»;
11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 мая 2023 года № 1230-р «Об утверждении прилагаемых изменений, которые вносятся в распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 15, ст. 2534)»
 12. Паспорт Национального проекта «Молодёжь и дети»
 13. Устав МБУДО «АРДЮСШ».
 14. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, утвержденное приказом директора по учреждению от 01.08.2025 года №14-о.

Настоящая программа по баскетболу является модифицированной (адаптированной), она изменена с учётом особенностей организации занятий в АРДЮСШ, режима учебно-тренировочной работы, а также наличия материально-технической базы. В основу программы положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке, современные научные методические разработки по баскетболу. Программа предназначена для организации и планирования учебно-тренировочной работы, определения наполняемости и объёма занятий в различных возрастных группах, возрастных критериев для допуска к занятиям, контрольных требований по периодам и годам обучения.

Программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, что позволяет соблюсти принципы преемственности в построении учебно-тренировочного процесса. В программе предложен учебный материал с учётом индивидуальных особенностей баскетболистов, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств.

Направленность программы: физкультурно-спортивная;

Уровень реализации программы: продвинутый;

Актуальность программы: Занятия баскетболом направлены на создание благоприятных условий для всестороннего развития психического и физического здоровья учащихся, а также обеспечения эмоционального благополучия ребёнка посредством физических упражнений. Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, помогает формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Поэтому нужно повысить интерес занимающихся как к систематическим, так и к самостоятельным занятиям, учитывая их физические и психологические особенности.

Отличительные особенности программы: Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она

составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиям новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ. Адресат программы – этап начальной подготовки 1 года обучения охватывает учащихся общеобразовательных школ 9-12 лет, прошедших стартовый уровень дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта волейбол. Прием учащихся на обучение по программе осуществляется по сертификатам дополнительного образования. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники баскетбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап.

Новизна программы: состоит в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься видом спорта «баскетбол», предъявляя посильные требования в процессе обучения.

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.

Педагогическая целесообразность: В программе используется многообразие средств физической культуры с ее широкими возможностями гармоничного развития через правильное выполнение базовых упражнений направленных на формирование осанки, укрепление-опорно-двигательного аппарата, оздоровления и коррекции имеющихся отклонений в состоянии здоровья, развитие физических качеств юных спортсменов, воспитания их личности.

Адресат программы

Этап начальной подготовки 3 года обучения охватывает учащихся общеобразовательных школ 9-12 лет.

Объем программы: 414 часов в год;

Срок освоения программы: 46 недель;

Форма обучения по данной программе: очная;

Формы организации образовательного процесса: групповые занятия (оптимальная наполняемость в группах 15-18 человек), соревнования;

Режим занятий: 3 занятия в неделю, максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки - 9 часов в неделю, максимальная продолжительность занятия - 3 академических часа;

Форма реализации – не сетевая.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: Формирование культуры здорового образа жизни, укрепления здоровья и интереса к игре баскетбол.

Основные задачи:

Личностные:

1. Сформировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепить здоровье учащихся;
2. Сформировать навыки адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
3. Привить ответственное отношение к тренировочному процессу. Развить способность к саморазвитию и самообразованию.

Метапредметные:

1. Приобщить к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
2. Сформировать умение работать самостоятельно и в группе;
3. Сформировать умение оценивать правильность выполнения тренировочной задачи, собственные возможности её решения.

Предметные:

1. Познакомить с основами спортивной техники баскетбола в процессе регулярных многолетних учебно-тренировочных занятий;
2. Привить навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

Этап начальной подготовки 2 года обучения охватывает учащихся общеобразовательных школ 9-12 лет, желающих заниматься баскетболом и имеющих письменное разрешение врача-педиатра. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники баскетбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап.

Группа	Спортивная подготовленность	
	на начало учебного года	на конец учебного года
Начальная подготовка (2 год обучения)	Набор учащихся по допуску врача	Сохранность учащихся без разряда

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Примерный годовой учебный план группы общей физической подготовки (в часах).

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Формы аттестации, контроля
-------	------------------------	------------------	----------------------------

		всего	теория	практика	
1	Общая физическая подготовка (ОФП)	108	5	103	Промежуточная аттестация/Итоговая аттестация
2	Специальная физическая подготовка (СФП)	53	3	50	Итоговая аттестация
3	Техническая подготовка	93	2	91	Итоговая аттестация
4	Тактическая подготовка	61	3	58	
5	Игровая подготовка (правила игры)	49	4	45	
6	Соревнования	50		50	
Итого часов:		414	17	397	

План тренировочных нагрузок в годичном цикле
баскетболистов на этапе НП-2

Предметные области	Всего	IX	X	XI	XI I	I	II	III	IV	V	VI	VII I
Теоретическая подготовка (час)	17	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1
Общефизическая подготовка (час)	103	12	10	10	9	9	10	9	9	9	9	7
Парные и групповые упражнения;	25	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
Легкоатлетические упражнения;	25	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2
Акробатические упражнения;	25	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
Спортивные и подвижные игры.	28	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	1
Специальная (час) физическая подготовка	50	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	3
Упражнения для развития навыков быстроты	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-
Упражнения, направленные на развитие прыгучести	10	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1
Упражнения с отягощениями	10	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1

Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.	10	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	-
Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств.	10	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1
Техническая подготовка (час)	91	8	7	7	8	9	8	9	9	9	9	8
Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	15	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2
Техника ведения мяча.	15	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1
Техника ловли и передачи мяча.	16	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1
Техника бросков мяча.	15	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1
Освоение индивидуальных защитных действий.	15	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1
Закрепление техники и развитие координационных способностей.	15	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2
Тактическая подготовка (час)	58	4	4	6	6	6	6	5	5	6	5	5
Тактика нападения	29	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
Тактика защиты	29	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3
Соревнования	50	3	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5
Игровая подготовка	45	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4
Итого:	414	37	36	38	38	40	41	37	38	38	38	33

(46 тренировочных недель)

4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Тренировочный процесс организуется в течение всего календарного года в соответствии с годовым календарным планом, рассчитанным на 46 недель.

Основные формы организации тренировочного процесса: групповые, индивидуальные, командные.

Общая физическая подготовка: В первый год основана на разностороннем развитии ребенка, которое в дальнейшем будет способствовать формированию устойчивого интереса к занятиям и позволит овладеть необходимыми игровыми умениями и навыками. Работа, ведущаяся в данные периоды, должна иметь оздоровительную направленность, способствовать формированию осанки,

совершенствованию функций анализаторов и вегетативных систем организма.

Главным в выборе средств ОФП должно быть их разностороннее воздействие на организм. Большое внимание следует уделять гимнастическим упражнениям, упражнениям легкой атлетики, разнообразным играм и т. п. Особое место в занятиях должны занимать упражнения с мячами. Задача их не только физическое развитие, но и освоение умений владеть мячом, согласовывать свои действия с мячом во времени и пространстве. По мере роста подготовленности баскетболиста эта способность будет приобретать все большее и большее значение.

Специальная физическая подготовка: Специфика игры в баскетбол требует от игроков ловкости, быстроты и выносливости. Развитию этих физических качеств способствуют специальные упражнения. Для развития ловкости необходимо выполнять различные выпады, броски, ловли мяча, передвижения по площадке с различной интенсивностью вперед, назад, влево, вправо, без мяча, с мячом. Быстрота реакции тренируется беговыми прыжковыми упражнениями : бег с низкого старта, с быстрой сменой направления, с ускорением, челночный бег, выпады из различных положений, прыжки вперед и стороны. Значение выносливости в баскетболе огромно. Выносливость хорошо тренируется бегом на длинные дистанции (до 3000-5000 метров), подтягивание на перекладине (количество подходов), отжиманием от пола или от скамейки (ноги ставить на скамейку), подъемом туловища из положения лежа на спине и на груди.

Техническая подготовка: Основной задачей технической подготовки детей является овладение основными приемами техники: перемещениями, остановками, поворотами, ловлей, передачами, бросками, ведением мяча. Изучение их ведется на основе владения основными способами их выполнения. Это составит базу, на основе которой в дальнейшем занимающиеся смогут овладеть всем многообразием технических приемов.

Тактическая подготовка: Формирование и развитие тех способностей, которые лежат в основе тактического мышления и тактических действий, овладение индивидуальными действиями, связанными с изученными приемами техники. Здесь необходимо развивать внимание, зрительную память на ситуации, ориентировку во времени и пространстве. Широко используют не только специальные упражнения, но и подвижные игры. После соответствующей подготовки в упражнениях необходимо использовать игровой метод.

Игровая подготовка: Сопряженное воздействие на физическую, техническую и тактическую подготовленность юных баскетболистов. Основными средствами являются подготовительные упражнения с использованием сопряженного метода и игры по упрощенным правилам, а также мини-баскетбол.

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовки спортсменов. Главная ее задача состоит в том, чтобы научить баскетболистов осмысливать и анализировать как свои действия, так и действия противника. Не механически выполнять указания тренера, а творчески подходить к ним.

При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст занимающихся и излагать материал в доступной форме.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в процессе тренировочных занятий. Она органически связана с физической, технико-тактической, морально-волевой подготовками как элемент практических знаний.

№	Тема	Этап начальной подготовки 2 год
1	Вводное занятие Физическая культура и спорт в РФ	1
2	Краткий обзор состояния и развития баскетбола в России	2
3	Гигиенические требования к занимающимся спортом	2
4	Профилактика заболеваний и травматизма в спорте	4
5	Места занятий и инвентарь.	4
6	Основы техники и тактики игры в баскетбол.	4
	Всего часов	17

1. Вводное занятие.

Физическая культура и спорт в РФ.

Понятие «физическая культура». Физическая культура как составляющая часть общей культуры. Ее значение для укрепления здоровья и физического развития.

2. Краткий обзор состояния и развития баскетбола.

История развития баскетбола в мире и нашей стране. Соревнования по баскетболу среди школьников. Спортивные сооружения для занятий баскетболом.

3. Гигиенические требования к занимающимся спортом.

Понятие о гигиене. Правильный режим дня спортсменов. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Вредные привычки. Профилактика вредных привычек. Понятие о гигиене и санитарии. Понятие о рациональном питании спортсменов. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Меры личной и общественной гигиены. Вред курения и употребления спиртных напитков.

4. Профилактика заболеваний и травматизма в спорте.

Простудные заболевания у спортсменов и их профилактика. Закаливание спортсменов. Травматизм в процессе занятий баскетболом.

5. Места занятий и инвентарь.

Площадка для игры в баскетбол в спортивном зале и на открытом воздухе. Инвентарь для игры в баскетбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий в спортивном зале и на открытой площадке.

6. Основы техники и тактики игры в баскетбол.

Понятие о технике игры. Понятие о тактике. Основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки. Классификация приемов техники игры. Анализ технических приемов и тактических действий.

Оценочные материалы:

Контрольные упражнения (тесты):

Технико-тактическая подготовка:

Приемы игры	Этап НП - 2
Прыжок толчком двух ног	+
Повороты вперед	+
Повороты назад	+
Ловля мяча двумя руками на месте	+
Передача мяча двумя руками сверху	+
Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком)	+
Передача мяча двумя руками снизу(с отскоком)	+
Передача мяча двумя руками с места	+
Передача мяча одной рукой с места	+
Ведение мяча с высоким отскоком	+
Ведение мяча с низким отскоком	+
Ведение мяча со зрительным контролем	+
Ведение мяча на месте	+
Ведение мяча по прямой	+
Ведение мяча по дугам	+
Ведение мяча по кругам	+
Броски в корзину двумя руками с верху	+
Броски в корзину двумя руками от груди	+
Броски в корзину двумя руками снизу	+
Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита	+
Броски в корзину двумя руками с места	+
Броски в корзину двумя руками в движении	+
Броски в корзину двумя руками прямо перед щитом	+
Броски в корзину двумя руками под углом	+
Броски в корзину одной рукой от плеча	+
Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита	+
Броски в корзину одной рукой с места	+
Броски в корзину одной рукой в движении	+
Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом	+
Броски в корзину одной рукой под углом к щиту	+

Тактика нападения:

Приемы игры	НП - 2
Выход для получения мяча	+
Выход для отвлечения мяча	+
Атака корзины	+
«передай мяч и выходи»	+

Тактика защиты:

Приемы игры	НП-2
Противодействие получению мяча	+
Противодействие выходу на свободное место	+
Противодействие розыгрышу мяча	+

Противодействие атаке корзины	+
-------------------------------	---

№ п/п	Нормативы общефизической подготовки	Мальчики	Девочки
1	Бег 30 м, (сек.)	6,0 – 6,4	6,2 – 6,8
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

Планируемые результаты:

Личностные:

1. Учащийся ведет культуру здорового и безопасного образа жизни;
2. Владеет навыками адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
3. Ответственно относится к тренировочному процессу.
4. Имеет потребности к саморазвитию и самообразованию.

Метапредметные:

1. Учащийся систематически занимается физической культурой и спортом;
2. Умеет работать самостоятельно и в группе;
3. Умеет оценивать правильность выполнения тренировочной задачи и собственные возможности её решения;

Предметные:

1. Учащийся владеет основами спортивной техники баскетбола в процессе регулярных многолетних учебно-тренировочных занятий;
2. Имеет навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

В результате реализации программы учащиеся должны овладеть основными действиями и приемами игры в баскетбол, принимать участие в соревнованиях по баскетболу, уметь самостоятельно заниматься во внеурочное время и проводить соревнования по упрощённым правилам, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма во время игры в баскетбол.

5. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НП-2

Год	Начало	Окончание	Количест	Количес	Количество	Режим
-----	--------	-----------	----------	---------	------------	-------

обучения	занятий	занятий	во учебных недель	тво учебных дней	учебных часов	занятий
2025-2026	01.09.2025	31.08.2026	46	138	414	3 раза в неделю

Этапы образовательного процесса	НП – 1 г. об.
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность учебного года	46 недель
Продолжительность занятия	45 минут
Промежуточная аттестация	10- 15 января
Итоговая аттестация	10 - 15 июня
Окончание учебного года	31 августа
Каникулы зимние	01-09 января
Каникулы летние (работа в лагерях)	01.07-15.08

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация программы проходит в следующих формах организации образовательной деятельности: аудиторные и внеаудиторные групповые теоретические и практические занятия: учебное занятие, беседа, дискуссия, ролевая игра, круглый стол.

Материально-техническое обеспечение:

1. Спортивный зал
2. Спортивная площадка на открытом воздухе
3. Спортивное оборудование (б/б кольца, б/б щиты, б/б стойки)
4. Спортивный инвентарь (б/б мячи, наб. мячи, скакалки, маты, конусы и др.)
5. Спортивная одежда и обувь.

Информационное обеспечение:

использование интернет-ресурсов;
работа с сайтом образовательной организации (страница о секции баскетбола, результаты тестирований, соревнований, работа с родителями, фото- и видеоматериалы, и прочее).

Кадровое обеспечение:

программа рассчитана на тренера-преподавателя, владеющего знаниями по педагогике, психологии и методикой проведения занятий.

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Реализация программы предусматривает входную диагностику, текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию.

Входная диагностика осуществляется в форме тестирования с целью определения уровня начальной подготовленности учащегося.

Текущий контроль осуществляется в формах наблюдения педагога, выполнения упражнений.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащегося МБУДО «АРДЮСШ» в форме тестирования.

Итоговая аттестация проводится в соответствии с Положением о порядке и форме проведения итоговой аттестации в МБУДО «АРДЮСШ» в форме контрольно-переводных испытаний.

Основным механизмом выявления результатов воспитания является педагогическое наблюдение.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы и формы обучения.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия – семинары по судейству, где подробно изучаются содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач используются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод повтора упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод повтора упражнений, который предусматривает многократное повторение движений, для выработки устойчивого навыка.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально-подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения:

- индивидуальная;
- фронтальная;
- групповая;
- поточная

Методика проведения занятия

Вступительная часть: познакомить учащихся с темой занятия.

Подготовительная часть: познакомить учащихся с задачами, планом занятия.

Основная часть: Ознакомление, обучение, совершенствование, тестирование программного материала и т. д. в зависимости от поставленной задачи и программного материала.

Заключительная часть: Закрепление изученного материала.

Такая методика занятия применяется в каждом разделе.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Железняк Ю.Д. Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва – Москва: Советский спорт, 1984.

2. Башкирова В.Г., Портнов Ю.М., Луничкин В.Г., Духовный М.И., Мацак А.Б., Чернов С.В., Саблин А.Б. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – Москва: Советский спорт, 2007.

3. Джерри В. пер. с англ Баскетбол - навыки и упражнения Краузе – Москва: АСТ: Астрель, 2006 г.

4. Осипов Р.Л., Жаровцев В.В. Начальное обучение в спортивных играх (баскетбол). Учебное пособие – КГПИ им В.И. Ленина, - Киров: АСТ, 1990.

5. Жаровцев В.В. Бандаков М.П. и др. Обучение баскетбольным упражнениям. Методические рекомендации. КГПИ им В.И.Ленина. - Киров: АСТ, 1995.

6. Смирнов Г.А. Спортивные игры: техника, тактика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учебных заведений . – Москва: Академия, 2001.

7. Портнов Ю.М.; Башкирова В.Г.; Луничкин В.Г.; Мацак А.Б.; Чернов В.С. Примерные программы спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР Баскетбол - Москва: АРТ, 2007.

Приложения к программе
Приложение № 1
Календарно-тематическое планирование

№	Дата по плану	Дата по факту	Тема	Примечание
			Физическая культура и спорт в России	
			Состояние и развитие баскетбола в России	
			Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена	
			Влияние физических упражнений на организм спортсмена	
			Гигиенические требования к занимающимся спортом	
			Профилактика травматизма в спорте	
			Общая характеристика спортивной подготовки	

			Планирование и контроль подготовки	
			Основы техники игры и техническая подготовка	
			Основы тактики игры и тактическая подготовка	
			Физические качества и физическая подготовка	
			Спортивные соревнования	
			Правила по мини-баскетболу	
			Правила по баскетболу	
			Официальные правила ФИБА	
			Установка на игру и разбор результатов игры	

Баскетбол

№	Фамилия, имя (полностью)	Дата рождения	Нормативы ОФП										Технические нормативы и СФП										Сумма баллов	Заключение тренеров о переводе
			Прыжок в длину с места		Высота подскака (см), (по Абалакову)		Бег 20м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м		Штрафные броски (20 бросков в %)		Дистанционные броски 20(40) бросков в %		Бросок в движении (5 раз) кол-во попаданий (10 раз)		Скоростное ведение(сек)					
			р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л	р е з. л л	б а л				
№	Фамилия, имя (полностью)	Дата рождения											Технические нормативы и СФП										Сумма баллов	Заключе ние тренеров

			Нормативы ОФП																					
			Прыжок в длину с места		Высота подскока (см), (по Абалакову)		Бег 20м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м		Штрафные броски (20 бросков в %)		Дистанционные броски 20(40) бросков в %		Бросок в движении (5 раз) кол-во попаданий (10 раз)		Скоростное ведение(сек)					
р	б		р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	р	б						
е	а		е	а	е	а	е	а	е	а	е	а	е	а	е	а	е	а						
з.	л		з.	л	з.	л	з.	л	з.	л	з.	л	з.	л	з.	л	з.	л						

Зам директора АРДЮСШ по УВР _____/

/

Тренер _____

