**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**
**«Косулинская средняя общеобразовательная школа №8»**
**(МАОУ «Косулинская СОШ №8»)**

Принято на заседании
методического совета

МАОУ «Косулинская СОШ №8»
Протокол №1 от 17 июля 2025г.

Утверждаю:
Директор
МАОУ «Косулинская СОШ№8
_____ Т.А. Баженова
Приказ № 484 от 17 июля 2025г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Физкультурно - спортивной направленности

# «Баскетбол»

возраст учащихся: 7-10 лет
срок реализации: 1 год.

Автор — составитель:
Киселев Илья Олегович
педагог дополнительного образования

с. Косулино 2025г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана с учётом:

Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 года;

Федерального закона «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 295-ФЗ от 14.07.2022 года;

Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» № 124-ФЗ от 24.07.1998 года;

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678р);

Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» № 474 от 21.07.2020 года;

Указа Президента Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» № 809 от 09.11.2022 года;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СанПиН) №28 от 28.09.2020 года;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм» №28.01.2021 года;

Постановления Правительства Российской Федерации «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную

деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
№1678 от 11.10.2023 года;

Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» №298 от 05.05.2018 года;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» №629 от 27.07.2022 года;

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» №467 от 03.09.2019 года;

Приказа Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020г. №882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Письма Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015 года «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»)

Письма Минобрнауки России от 28.08.2015 года №АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);

Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 №АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными

возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»);

Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 года №ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»;

Приказа Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

Приказа Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 №785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»;

Уставом и локальными актами МАОУ «Косулинская СОШ №8»;

Положения об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУ «Косулинская СОШ «8» (приказ №286 от 15.10.2019г.).

Образовательная программа “Баскетбол” имеет *физкультурноспортивную направленность*, по уровню освоения программа *углублённая*,

т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

*Новизна и оригинальность* программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра БАСКЕТБОЛ, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 1520 человек.

В холодное время года дети любят собираться в светлом спортзале не только для спортивных тренировок, но и для общения со сверстниками своей и других школ, интересно проводят свободное время и воскресные дни, не

ищут развлечений на улице, а также приобщают родителей для поддержки на соревнованиях.

*Актуальность* программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

*Педагогическая целесообразность программы* баскетбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного многолетнего перехода от простого к сложному. Программа позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

**Цель:**

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

**Задачи:**

*1. Образовательные:*

- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения оревнований;

• Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

*2. Развивающие:*

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;

- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

• Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

• Расширение спортивного кругозора детей.

3. *Воспитательные:*

Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

**Назначение программы:**

• для обучающихся программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

• программа определяет приоритеты в содержании дополнительного образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации дополнительного образования;

• программа является основанием для определения качества реализации дополнительного образования. **Объем учебного времени:** 204 часов **Форма обучения:** очная. **Режим занятий:** 6 часа в неделю

**Условия набора.**

Программа предназначена для детей 7-10 лет.

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

**Формы организации обучения:**

- командная, малыми группами, индивидуальная.

**Формы проведения занятий:**

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

**Ожидаемые результаты**:

*К моменту завершения программы обучающиеся должны:*

*Знать*

- Основы знаний о здоровом образе жизни
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, на Урале, в стране
- Правила игры в баскетбол
- Тактические приемы в баскетболе *Уметь*
- Овладеть основными техническими приемами баскетболиста
- Проводить судейство матча
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр

*Развить качества личности*

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

**Способы проверки образовательной программы:**

- повседневное систематическое наблюдение; - участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

**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 учебнотренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

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.

*Формы и способы фиксации результатов:*

- дневник достижений учащихся;

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

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

| № | **Название темы** | **Тип подготовки** | **Количество часов** |
|---|---|---|---|
| 1 | История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног. | Теоретическая Техническая. | 2 |
| 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Техническая. | 2 |
| 3 | Передача мяча двумя руками от груди. | Техническая. | 2 |
| 4 | Единая спортивная классификация. Тактика нападения. | Теоретическая Тактическая | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 5 | Техника передвижения при нападении | Техническая | 2 |
| 6 | Техника передвижения при нападении | Техническая | 2 |
| 7 | Способы ловли мяча. | Техническая. | 2 |
| 8 | Личная и общественная гигиена.<br>Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. | Теоретическая<br>Техническая | 2 |
| 9 | Бросок мяча двумя руками от груди. | Техническая | 2 |
| 10 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Тактическая | 2 |
| 11 | Техника ведения мяча. | Техническая | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 12 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Техническая | 2 |
| 13 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Тактическая | 2 |
| 14 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Тактическая | 2 |
| 15 | Ловля двумя руками «низкого мяча». | Техническая | 2 |
| 16 | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Техническая | 2 |
| 17 | Закаливание организма спортсмена.<br>Учебная игра. | Теоретическая<br>Игровая | 2 |
| 18 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. | Техническая | 2 |
| 19 | Контрольные испытания. | Контр. | 2 |
| 20 | Командные действия в нападении. | Тактическая. | 2 |
| 21 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Техническая | 2 |
| 22 | Многократное выполнение технических приемов. | Комплексная | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 23 | Учебная игра. | Комплексная | 2 |
| 24 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Тактическая | 2 |
| 25 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. | Техническая | 2 |
| 26 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. | Техническая | 2 |
| 27 | Командные действия в нападении. | Тактическая | 2 |
| 28 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Тактическая | 2 |
| 29 | Противодействие выходу на свободное место для | Тактическая | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | получения мяча. | | |
| 30 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Тактическая | 2 |
| 31 | Индивидуальные действия при нападении. | Тактическая | 2 |
| 32 | Индивидуальные действия при нападении. | Тактическая | 2 |
| 33 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Техническая | 2 |
| 34 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Тактическая | 2 |
| 35 | Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. | Теоретическая Игровая | 2 |
| 36 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Такт. | 2 |
| 37 | Совершенствование техники передачи мяча. | Техн-я | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 38 | Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. | Теор-я<br>Техн-я | 2<br>2 |
| 39 | Совершенствование техники передачи мяча. | Техн-я | 2 |
| 40 | Тактика защиты. | Такт-я | 2 |
| 41 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. | Техн - я | 2 |
| 42 | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Техн-я | 2 |
| 43 | Действия одного защитника против двух нападающих. | Такт-я | 2 |
| 44 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Игровая | 2 |
| 45 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Комплексная | 2 |
| 46 | Ведение мяча с изменением направления с обводкой | Техн-я | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | препятствия. | | |
| 47 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Такт-я | 2 |
| 48 | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Техн-я | 2 |
| 49 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Такт-я | 2 |
| 50 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Такт-я | 2 |
| 51 | Переключение от действий в нападении к действиям в защите. | Такт-я | 2 |
| 52 | Защитные стойки. Защитные передвижения. | Техн-я | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 53 | Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Такт-я | 2 |
| 54 | Учебная игра. | Игровая | 2 |
| 55 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. | Такт. | 2 |
| 56 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Теор-я<br>Игровая | 2 |
| 57 | Организация командных действий. | Такт-я | 2 |
| 58 | Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях | Групповая | 2 |
| 59 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. | Техн-я | 2 |
| 60 | Техника овладения мячом. | Техн-я | 2 |
| 61 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Техн-я | 2 |
| 62 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча. | Техн-я | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 63 | Совершенствование тактических действий в нападении и защите. | Такт-я | 2 |
| 64 | Учебная игра. | Игровая | 2 |
| 65 | Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях | Комплексная | 2 |
| 66 | Учебная игра. | Игровая | 2 |
| 67 | Учебная игра. | Игровая | 2 |
| 68 | История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног. | Теоретическая<br>Техническая. | 2 |
| 69 | Техника передвижения приставными шагами. | Техническая. | 2 |
| 70 | Передача мяча двумя руками от груди. | Техническая. | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 71 | Единая спортивная классификация.<br>Тактика нападения. | Теоретическая<br>Тактическая | 2 |
| 72 | Техника передвижения при нападении | Техническая | 2 |
| 73 | Техника передвижения при нападении | Техническая | 2 |
| 74 | Способы ловли мяча. | Техническая. | 2 |
| 75 | Личная и общественная гигиена.<br>Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. | Теоретическая<br>Техническая | 2 |
| 76 | Бросок мяча двумя руками от груди. | Техническая | 2 |
| 77 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Тактическая | 2 |
| 78 | Техника ведения мяча. | Техническая | 2 |
| 79 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Техническая | 2 |
| 80 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Тактическая | 2 |
| 81 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Тактическая | 2 |
| 82 | Ловля двумя руками «низкого | Техническая | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | мяча». | | |
| 83 | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Техническая | 2 |
| 84 | Закаливание организма спортсмена.<br>Учебная игра. | Теоретическая<br>Игровая | 2 |
| 85 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. | Техническая | 2 |
| 86 | Контрольные испытания. | Контр. | 2 |
| 87 | Командные действия в нападении. | Тактическая. | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 88 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Техническая | 2 |
| 89 | Многократное выполнение технических приемов. | Комплексная | 2 |
| 90 | Учебная игра. | Комплексная | 2 |
| 91 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Тактическая | 2 |
| 92 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. | Техническая | 2 |
| 93 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. | Техническая | 2 |
| 94 | Командные действия в нападении. | Тактическая | 2 |
| 95 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Тактическая | 2 |
| 96 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Тактическая | 2 |
| 97 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Тактическая | 2 |
| 98 | Индивидуальные действия при нападении. | Тактическая | 2 |
| 99 | Двухсторонние контрольные игры по упрощенным | Игровая | 2 |
| | правилам мини-баскетбола | | |
| 100 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Техническая | 2 |
| 101 | Итоговые контрольные игры | Игровая | 2 |
| 102 | Итоги прошедшего года | Тактическая | 2 |
| | Итог | | 204 |

**Содержание программы:**

• ***Общие основы баскетбола*** *– 10* часов

- История возникновения баскетбола в России. Правила игры. Состав команды, форма игроков.
- Влияние физических упражнений на организм человека.
- Необходимость разминки в занятиях спортом.
- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.
- Правила пожарной безопасности и поведения в спортивном зале.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры мини-баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.
- Подведение итогов года.
- Методика тренировки баскетболистов.
- Техническая подготовка баскетболистов.
- Психологическая подготовка баскетболиста.

• ***Общая физическая подготовка*** – 50 часов

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

- Упражнения для развития прыгучести.

• ***Специальная физическая подготовка*** – 40 часов

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

-Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).

-Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).

- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.
- Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом.
- Метание различных мячей в цель.
- Эстафеты с разными мячами.

• ***Техническая подготовка*** – 40 часов

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.

- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.

• ***Тактическая подготовка*** – 20 часов

Нападение

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.

Защита

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке кольца.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

• ***Игровая подготовка*** – 30 часов

- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-баскетбола. - Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-баскетбола.

**7. *Контрольные и календарные игры*** – 14 часов

- Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам минибаскетбола.
- Товарищеские игры с командами соседних школ.
- Итоговые контрольные игры.

***Ожидаемые результаты***

*К концу обучения учащиеся*:

- получат теоретические сведения о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;
- улучшат общую физическую подготовку;
- освоят упражнения СФП;
- ознакомятся с азами технико-тактической подготовки;
- обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе;
- улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - будут выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;
- будут выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу;
- научатся ловить мяч двумя руками на месте;
- научатся передавать мяч двумя руками: сверху, от плеча, от груди, снизу, с места, с отскоком;
- научатся вести мяч: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем;

- научатся выполнять ведение мяча: на месте, по прямой линии, по дугам; - научатся выполнять броски в корзину двумя руками: от груди, с отскоком от щита, с места, под углом к щиту;
- научатся освобождаться для получения мяча;
- будут уметь противодействовать получению мяча, розыгрышу мяча, атаке корзины;
- будут уметь останавливаться двумя шагами;
- будут уметь ловить мяч двумя руками в движении;
- научатся передавать мяч двумя руками в движении;
- научатся передавать мяч одной рукой от головы, от плеча, с места;
- научатся вести мяч зигзагом, а так же без зрительного контроля;
- будут уметь в командных нападающих действиях разыгрывать мяч;
- научится в защитных действиях подстраховывать партнера;
- в защитных действиях будут уметь противодействовать выходу соперника на свободное место;
- научатся выполнять броски в корзину двумя руками (ближние, средние, дальние);
- научатся выполнять броски в корзину двумя руками: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту;
- будут уметь выполнять броски в корзину одной рукой с места;
- будут уметь выполнять штрафной бросок одной рукой от плеча, двумя руками от груди;

**Обеспечение программы методической продукцией**

*1. 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.

*3. 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.).

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

## Список литературы для педагогов:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 1967.
8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И.,Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002г
12. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1981, 1985.

**Список литературы для обучающихся:**

- Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2022г.
- Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2017г.
- Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2016г.
- Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2014г.

- Костинова  Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2022г.
- Кузин  В.В., Полиевский С.А.  Баскетбол. М. Фис. 2019г.