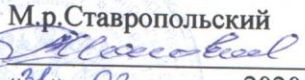


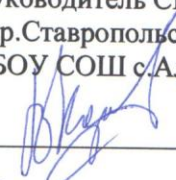
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа с.Александровка муниципального района Ставропольский Самарской области Структурное подразделение дополнительного образования детей детско-юношеская спортивная школа муниципального района Ставропольский  
(СП ДОД ДЮСШ м.р. Ставропольский ГБОУ СОШ с.Александровка)

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ с.Александровка  
М.р.Ставропольский  
 /С.В.Мотовичев  
«31» 08. 2020г.

Принята:  
на заседании методического совета  
Протокол № 1  
«31» 08. 2020г.

Согласовано

Руководитель СП ДОД ДЮСШ  
м.р.Ставропольский  
ГБОУ СОШ с.Александровка

 / В.П.Казеева /  
«31» 08. 2020г.

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа физкультурно-спортивной направленности отделения баскетбол «Баскетбольная лига-Junior» для девушек и юношей с 11 до 14 лет.

Составитель программы:  
Старший тренер-преподаватель - Яконов Д.И.  
Тренер-преподаватель - Гаер Ю.А.  
Старший инструктор-методист - Стаканов Е.В.

2020 г.

## **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа физкультурно-спортивной направленности отделения баскетбол «Баскетбольная лига-Junior» для девушек и юношей с 11 до 14 лет.(далее- Программа). Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказом Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмом МинОбрНауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Концепцией развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-Р);

- Приказа министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. №262-од «Об утверждении персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

- методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом МинОбрНауки России от 18.11.2015 №09-3242;

- Методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных программ (приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 №МО-16-09-01/826-ТУ).л, как вид спорта получил широкое распространение в России и в мире.

Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене. Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных школах.

**Направленность.** Программа «Баскетбольная лига-Junior» для девушек и юношей с 11 до 14 лет имеет физкультурно-спортивную направленность.

Спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, а так же предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков.

**Актуальность** программы заключается 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.

Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений в целостные комбинации.

**Новизна** программы состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

**Отличительной особенностью** программы является применение конвергентного подхода, позволяющего выстраивать обучение, включающее в себя элементы нескольких направленностей, в том числе использование дифференцированного подхода к технико-тактической подготовке.

**Цель программы** – создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни. Цели и задачи каждого модуля формулируются отдельно.

#### **Задачи программы.**

##### *Обучающие:*

- учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

##### *Развивающие:*

- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- способствовать нормальному росту организм и укреплению здоровья воспитанника;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности подростка;

##### *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.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** 11 – 14 лет.

*Наполняемость учебной группы по годам обучения.*

Минимальное количество обучающихся в группе 12-15 чел.

**Сроки реализации:** программа рассчитана на 1 год, объем – 182 часа (4 модуля по 45 часов каждый).

**Формы организации обучения:** командная, малыми группами, индивидуальная.

**Формы обучения:**

- тренировочные занятия;
- беседы;
- соревнования;
- тестирования;
- спортивные конкурсы;
- праздники;
- просмотры соревнований.

**Ожидаемые результаты:**

Личностные

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Познавательные

- Знать основы знаний о здоровом образе жизни.
- Знать историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, городе, стране.
- Знать правила игры в баскетбол.
- Знать тактические приемы в баскетболе.

Регулятивные

- 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.

*Коммуникативные:*

- умение работать и жить в коллективе.
  - не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

*Предметные результаты.*

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

### **Учебный план**

Реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно – спортивной направленности ««Баскетбольная лига - Junior»»

№ модуля	Название модуля	Количество часов	
		Всего	Теория
1.	Теоретические знания.	26	13
2.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка.	42	14
3.	Тактико-техническое мастерство	60	12
4.	Игровая подготовка	54	9
	<b>ИТОГО</b>	182	48

### **Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы**

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года и по завершению каждого модуля используются следующие методы диагностики: наблюдения, объективная и экспертная (субъективная) оценка, беседа, опрос, зачет.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы

проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при выполнении заданий; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; выполняет задания с помощью педагога; в основном, на основе образца; удовлетворительно владеет теоретическими и практическими навыками.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; все задания выполняет самостоятельно, не испытывает особых трудностей; свободно владеет теоретической информацией по курсу, умеет применить полученные знания на практике.

#### **Формы контроля качества образовательного процесса:**

- собеседование,
- наблюдение,
- зачет;
- анкетирование,
- участие в спортивных мероприятиях в течение года;
- участие в соревнованиях в течение года.

#### **Модуль «Теоретические знания»**

**Цель:** осмысление самой спортивной деятельности, непосредственно связанных с ней явлений, процессов и её влияние на развитие интеллектуальных способностей, без которых не мыслится достижение значительных целей.

#### **Задачи:**

##### Обучающие

- формирование знаний о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- - обучение правилам техники безопасности и пожарной безопасности.

##### Развивающие

- развитие стремления к самостоятельному познанию интересных фактов игры «Баскетбол»;
- развитие самостоятельности сбора информации;

- развитие наблюдательности.

Воспитательные

- формирование интереса к игре «Баскетбол».

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать

Развитие баскетбола в России и за рубежом, его историю; правила игры;

О влиянии физических упражнений на самочувствие;

Правила техники безопасности и пожарной безопасности.

Обучающийся должен уметь:

Разбираться в терминологии и жестикуляции в баскетболе.

Обучающийся должен приобрести навык:

Самостоятельного сбора информации, уметь анализировать и применять её на практике.

**Учебно-тематический план**

№	Тема занятия	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Правила пожарной безопасности и поведения в спортивном зале.	1	1	2
2.	Развитие баскетбола в России и за рубежом	1	1	2
3.	Сведения о строении и функциях организма человека. - Влияние физических упражнений на организм человека. - Необходимость разминки в занятиях спортом	1	1	2
4.	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1	2
5.	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.	1	1	2
6.	Физическая подготовка баскетболиста.	1	1	2
7.	Техническая подготовка баскетболиста.	1	1	2
8.	Тактическая подготовка баскетболиста.	1	1	2
9.	Психологическая подготовка баскетболиста.	1	1	2



10.	Соревновательная деятельность баскетболиста.	1	1	2
11.	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Состав команды, форма игроков.	1	1	2
12.	Правила судейства соревнований по баскетболу. Судейская жестикация и терминология	1	1	2
13.	Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.	1	1	2

### **Содержание программы модуля**

Первый модуль программы включает в себя теоретические сведения о баскетболе: историю развития, занимательные факты, технику безопасности на занятиях баскетболом, а так же особенности организации занятий и соревнований, личная гигиена спортсмена, гигиенические требования к спортивной форме, составление рационального режима дня с учетом тренировочных нагрузок, значение питания как фактора сохранения здоровья и разбор подготовки спортсмена в целом и баскетболиста в частности.

### **Модуль «Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка»**

**Цель:** развитие общей физической подготовки учащихся.

**Задачи:**

*Обучающие*

Включение детей в физкультурно – спортивную деятельность.

*Воспитательные*

Формирование основных двигательных навыков.

*Развивающие*

Развитие физических качеств.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающий должен знать:*

Комплекс общефизических упражнений на развитие силы, гибкости, ловкости, выносливости и скоростно-силовых качеств.

*Обучающийся должен уметь:* самостоятельно выполнять комплекс упражнений.

*Обучающийся должен приобрести навык:* демонстрации комплекса упражнений ОФП в команде; игры в «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящего», «Гонка мячей».

### **Учебно-тематический план**

№	Тема занятия	Кол-во часов
---	--------------	--------------

		Теория	Практика	Всего
1.	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц.	1	2	3
2.	Упражнения типа «полоса препятствий» с различными заданиями.	1	2	3
3.	Эстафеты без предметов и с мячами.	1	2	3
4.	Упражнения для развития силы.	1	2	3
5.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	1	2	3
6.	Упражнения для развития гибкости.	1	2	3
7.	Упражнения для развития ловкости	1	2	3
8.	Комбинированные упражнения по круговой системе	1	2	3
9.	Развитие прыгучести.	1	2	3
10.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	1	2	3
11.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	1	2	3
12.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	1	2	3
13.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	1	2	3
14.	Подвижные и спортивные игры	1	2	3

### **Содержание программы модуля**

Общая физическая подготовка включает в себя.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для и рук плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа – поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнение для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах – повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук,

приседание с партнёром, переноска партнёра на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Упражнения в парах и в группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседание. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с 8 поворотами, прыжки в полуприседе и в приседе. Упражнения с малыми мячами – броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стенку. Ловля мячей на месте, в прыжке.

Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту, прыжки на прямых ногах, степ-ар, выжигания, прыжки в полном присяде, прыжки через барьеры, набивные мячи на одной и двух ногах, прыжки с ноги на ногу, различные прыжки со скакалкой, Подскоки на двух ногах с отягощением на плечах.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метание в цель. Бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

*Специальная физическая подготовка* включает в себя: подготовительные упражнения для рук; укрепление лучезапястных суставов (сгибание, разгибание, круговые движения с гантелями); отталкивания от стены, пола ладонями, пальцами; ходьба на руках, носки ног вместе (вперед, влево и вправо по кругу); упражнения с набивными мячами, кистевыми эспандерами; подготовительные упражнения для ног; быстрота передвижений вперед, назад, влево, вправо; бег змейкой, челноком, с прыжками, остановками, рывками, поворотами; прыжки через скамейку с ведением мяча, передачами, круговым вращением вокруг пояса; упражнения для координации движений; упражнения для развития специальной выносливости.

### **Модуль «Технико-тактическое мастерство»**

**Цель:** овладеть знаниями в технике упражнений или комбинации упражнений и применять их на практике для достижения лучшего результата.

**Задачи:**

Побуждение к результату с использованием доступных средств.

Совершенствование баскетбольных упражнений.

Развитие умения применять их на практике.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающий должен знать:

- как планировать и контролировать свою спортивную подготовку.

Обучающийся должен уметь:

- действовать в нападении при выходе двух нападающих против одного защитника(2х1).
- действовать в нападении при выходе трех нападающих против одного или двух защитников(3х1, 3х2).
- в нападающих командных действиях использовать систему “быстрого прорыва”.
- в нападающих командных действиях использовать “малую восьмерку”.
- действовать в защите при выходе двух нападающих против одного защитника(1х2). –
- действовать в защите при выходе трех нападающих против одного защитника, или двух защитников(1х3, 2х3).
- перестраиваться в защите, чтобы противодействовать “быстрому прорыву” соперников.

Обучающийся должен приобрести навык

- выполнения бросков в корзину одной рукой: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту.
- в нападающих действиях выполнить “наведение”.
- в командных нападающих действиях выполнить “скрестный выход”.
- в защитных командных действиях использовать “групповой отбор”.
- в защитных действиях выполнить “проскальзывание”.
- в защитных командных действиях противодействовать “скрестному выходу”.
- заполнять протокол игры.
- оказания первой помощи при легких травмах.
- ловли мяча одной рукой при встречном движении.
- передачи мяча одной рукой (сопровождающие).
- передачи мяча одной рукой на большое расстояние (14-16 метров).
- выполнения обманных действий: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход.
- обводки соперника с изменением скорости.
- перехвата мяча при передаче его соперником.

**Учебно-тематический план**

№	Тема занятия	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Упражнения без мяча.	1	4	5
2.	Ловля и передача мяча.	1	4	5
3.	Ведение и перевод мяча.	1	4	5

4.	Броски мяча.	1	4	5
5.	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1	4	5
6.	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	1	4	5
7.	Перехват мяча.	1	4	5
8.	Борьба за мяч после отскока от щита.	1	4	5
9.	Быстрый прорыв.	1	4	5
10.	Командные действия в защите.	1	4	5
11.	Командные действия в нападении.	1	4	5
12.	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	1	4	5

### **Содержание программы модуля**

#### Техническая подготовка включает в себя:

- передвижения в защитной стойке, работа ног, рук.
- финты, обманные движения, остановки, повороты
- ловля и передачи изученными способами в движении с пассивным и активным сопротивлением, одной и двумя руками.
- передачи мяча в прыжке в сочетании с ведением и бросками.
- скрытые передачи.
- обводка соперника с поворотом и переводом мяча.
- перевод под ногой, за спиной.
- броски в кольцо одной рукой сверху, снизу.
- добивание в кольцо двумя руками в прыжке.
- бросок крюком.
- разноудаленные броски с места и в движении.
- техника трехочкового броска.
- штрафной бросок.
- бросок в прыжке одной рукой.

#### Тактическая подготовка включает в себя:

##### **Нападение**

- командная атака кольца противника;
- дальнейшее обучение заслону на месте и в движении;
- наведение;
- треугольник, тройка;
- малая восьмерка;
- скрестный выход;

- сдвоенный заслон;
- система быстрого прорыва;
- система эшелонированного прорыва;
- система нападения через центрального.

### **Защита**

- противодействие атаки кольца;
- подстраховка;
- переключение;
- проскальзывание;
- групповой отбор мяча;
- система личной защиты;
- система зонной защиты;
- система смешанной защиты;
- система личного прессинга;
- система зонного прессинга.

## **Модуль «Игровая подготовка»**

**Цель:** целостное воспроизведение игровых приемов, технико-тактических действий, физических и психических компонентов подготовленности в условиях постоянно изменяющихся игровых ситуаций.

### **Задачи:**

Воспитание навыков соревновательной деятельности по баскетболу

Овладение основами тактики командных действий.

Совершенствование в игре индивидуальных и групповых тактических действий.

Воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях (настраиваться на игру, регулировать эмоциональное состояние перед игрой, во время игры, независимо от ее исхода, проводить комплекс восстановительных мероприятий).

### **Предметные ожидаемые результаты**

Обучающий должен знать:

какое решение принять в той, или иной ситуации.

Обучающий должен уметь:

применять технико-тактические действия в игровой и соревновательной деятельности.

Обучающий должен приобрести навык:

взаимодействия в команде в игровой ситуации.

### **Учебно-тематический план**

№	Тема занятия	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Игра 1x1	1	6	

2.	Игра 2x2	1	6	
3.	Игра 3X3	1	6	
4.	Игра 4x4	1	6	
5.	Игра 5x5	1	5	
6.	Правила соревнований в баскетболе. Организация соревнований, документы для проведения соревнований.	1	1	
7.	Методика судейства.	1	2	
8.	Судейство на учебно-тренировочных занятиях.	1	5	
9.	Организация и проведение соревнования.	1	8	

### **Содержание программы модуля**

- Дальнейшее обучение приемам игры, совершенствование их в условиях близких к соревновательным.
- Обучение индивидуальным, групповым и командным действиям в различных комбинациях и системах нападения и защиты.
- Совершенствование приемов игры и тактических действий с учетом индивидуальных особенностей баскетболиста.
- Воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях (настраиваться на игру, регулировать эмоциональное состояние перед игрой и во время игры, независимо от ее исхода).
- Работа по освоению инструкторских и судейских навыков проводится в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельной работы учащихся.
- Учащиеся готовятся к роли инструктора, помощника тренера для участия в организации и проведения занятий (отдельных частей тренировки), массовых соревнований в качестве судей, секундометристов, секретарей.
- Освоение терминологии, принятой в баскетболе.
- Овладение командным языком, умение отдать рапорт.
- Проведение упражнений по построению и перестроению группы.
- В качестве дежурного подготовка мест для занятий, инвентаря и т.д.
- Составление комплекса общеразвивающих упражнений и умение провести разминку с группой.
- Получают большой опыт участия в соревнованиях, усвоят этику спортивной борьбы и необходимость проявления высоких нравственных качеств.

### **Обеспечение программы**

### ***Методическое обеспечение***

#### ***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.

#### ***2. 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.

### ***Материально-техническое обеспечение.***

1. Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал 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.

2. Журналы и справочники, а также фото и видеоаппаратура, электронные носители (кассеты, диски,

### ***Условия для реализации программы***

Систематическое проведение практических и теоретических занятий; обязательное выполнение учебного плана, переводных контрольных нормативов; регулярное участие в соревнованиях и организации проведения контрольных игр; просмотр учебных фильмов, видеозаписей, соревнований квалифицированных баскетболистов; создание условий для проведения регулярных круглогодичных занятий; использование данных науки и передовой практики как важнейших условий совершенствования спортивного мастерства обучающихся.

Обучающиеся распределяются на учебные группы по возрасту и полу. Для каждой группы устанавливается наполняемость и режим учебно- тренировочной и соревновательной работы. Обязательным условием успешной работы по программе является регулярное участие в соревнованиях товарищеских играх.



### Список литературы:

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. -100 с.
2. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008г. -62 с.
3. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007г. - 134 с.
4. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1999г. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт»)
5. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999г. - 256 с. с илл.
6. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006. - 211, [13] с.: с илл.
7. Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. 4- издание.
8. Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.