



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №165
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы №165
(протокол от 30.08. 2024 года № 1)

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы №165
от 30.08. 2024 года № 182 –ДОП

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей
(законных представителей) несовершеннолетних
обучающихся
(протокол от 30 августа 2024 г. № 1)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе
«БАСКЕТБОЛ»

Возраст обучающихся: 13-18 лет
Год обучения: первый

Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Смирнова Алена Романовна

Цель – создание условий для всестороннего физического развития обучающихся, совершенствования двигательных и морально–волевых качеств.

Задачи:

Обучающие:

1. Обучить необходимым теоретическим знаниям о физиологии, физкультуре и ЗОЖ;
2. Обучить основным приемам техники и тактики игры;
3. Обучить основам физиологии и гигиены обучающихся.

Воспитательные:

1. Воспитать у обучающихся волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыки культурного поведения, чувство дружбы, трудолюбие, упорство в достижении цели;
2. Воспитать организаторские навыки;
3. Воспитать потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

Развивающие:

1. Развить основные физические качества: быстроту, выносливость, скоростно-силовые качества;
2. Развить и укрепить здоровье воспитанников;
3. Развить и сформировать коммуникативные навыки.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

1. Формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям по баскетболу и к здоровому образу жизни;
2. Воспитание морально-этических и волевых качеств;
3. Дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
4. Умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
5. Умение оказывать помощь своим сверстникам

Метапредметные результаты:

1. Определять наиболее эффективные способы достижения результата;
2. Умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
3. Уметь организовывать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;

4. Умение рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
5. Умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Предметные результаты:

1. Знать о физических качествах и правилах их тестирования;
2. Выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
3. Владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
4. Знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения.

УТВЕРЖДЕН
Приказом № 182 -ДОП от 30.08.2024 г.
Директор _____/И.Н.Безбородая

«30» августа 2024 г.

Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Баскетбол»
на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Дата занятия		Тема занятия	Количество часов
	По плану	По факту		
1.	04.09.2024		Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	1
2	04.09.2024		Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	
3.	06.09.2024		Игры с элементами баскетбола	1
4.	11.09.2024		Комплекс ОРУ в движении Правила игры. Приём мяча, передача двумя от груди.	1
5.	11.09.2024		Комплекс ОРУ в движении Правила игры. Приём мяча, передача двумя от груди.	1
6.	13. 09.2024		Комплекс ОРУ в движении. Разновидности прыжков с мячом	1

7.	18. 09.2024		Упражнения с набивными мячами. Игры на развитие ловкости.	1
8.	18.09.2024		Упражнения с набивными мячами. Игры на развитие ловкости.	1
9.	20. 09.2024		Передача мяча от груди в движении. Игра «баскетбол».	1
10.	25. 09.2024		Ведение мяча по кругу с заданиями. «баскетбол».	1
11	25.09.2024		Разновидности дриблинга.	1
12.	27. 09.2024		Упражнения с мячами на развитие координации движений.	1
13.	02. 10.2024		Ведение мяча на месте ,в движении.	1
14.	02.10.2024		Ведение мяча на месте ,в движении	1
15.	04.10.2024		Комплекс ОРУ. Броски по кольцу после ведения с 2х шагов.	1
16.	09. 10.2024		Комплекс ОРУ. Броски в корзину одной от плеча с места.	1
17.	09.10.2024		Броски в корзину одной от плеча с места.	1
18.	11.10.2024		Комплекс ОРУ. Передача мяча одной от плеча, двумя от груди. Тестирование.	1
19.	16.10.2024		Комплекс ОРУ в движении. Передвижение по площадке в стойке баскетболиста с изменением направлений.	1
20.	16.10.2024		Комплекс ОРУ в движении. Передвижение по площадке в стойке баскетболиста с изменением направлений.	1
21.	18.10.2024		Комплекс ОРУ. Передвижение игрока без мяча. Передача мяча в движении.	1
22.	23.10.2024		Комплекс ОРУ. Ведение мяча с изменением направлений. Броски по кольцу.	1

23.	23.10.2024		Комплекс ОРУ. Ведение мяча с изменением направлений. Броски по кольцу.	1
24.	25.10.2024		Комплекс ОРУ. Обучение защитным действиям игроков. Броски по корзине после ведения с 2х шагов.	1
25.	30.10.2024		Борьба за мяч с отскока от щита. Броски по корзине из под щита.	1
26.	30.10.2024		Борьба за мяч с отскока от щита. Броски по корзине из под щита.	1
27.	01.01.2024		Борьба за мяч с отскока от щита. Броски по корзине из под щита.	1
28.	06.11.2024		ОРУ в движении. Выбивание, вырывание мяча. Броски в корзину из под щита.	1
29	06.11.2024		Выбивание, вырывание мяча. Броски в корзину из под щита.	
30.	08.11.2024		Комплекс ОРУ. Техника атаки. Проход под щит с преодолением сопротивления.	1
31.	13.11.2024		Ведение мяча с изменением направлений. Броски по корзине после ведения с 2х шагов.	1
32.	13.11.2024		Ведение мяча с изменением направлений. Броски по корзине после ведения с 2х шагов.	1
33.	15.11.2024		Действия игрока в нападении. Обманные действия (финт).	1
34.	20.11.2024		Комплекс ОРУ. Ведение мяча, передача мяча в движении. Игровые упражнения 1х1, 2х1.	1

35.	20.11.2024		Комплекс ОРУ. Ведение мяча, передача мяча в движении. Игровые упражнения 1x1, 2x1.	1
36.	22.11.2024		Челночный бег. Передача мяча, ловля в прыжке. Отбор мяча.	1
37.	27.11.2024		Комплекс ОРУ. Броски по корзине после ведения с 2х шагов. Прием мяча в движении.	1
38.	27.11.2024		Броски по корзине после ведения с 2х шагов. Прием мяча в движении.	1
39.	29.11.2024		Правила безопасности на занятиях. Постановка блока. Передача мяча на среднее и дальнее расстояние.	1
40.	04.12.2024		Действие игрока в защите. Постановка блока.	1
41.	04.12.2024		Действие игрока в защите. Постановка блока.	1
42.	06.12.2024		Броски в кольцо со штрафной линии. Игра «10 передач».	1
43.	11.12.2024		Ведение мяча с изменением направлений. Передача, прием мяча в движении. Броски по корзине.	1
44.	11.12.2024		Ведение мяча с изменением направлений. Передача, прием мяча в движении. Броски по корзине.	1
45.	13.12.2024		Комплекс ОРУ. Броски по корзине после ведения с 2х шагов. Игровые упражнения.	1
46.	18.12.2024		Правила по технике безопасности на тренировке по баскетболу. Броски по корзине. Игровые упражнения.	1
47.	18.12.2024		Правила по технике безопасности на тренировке по баскетболу. Броски по корзине. Игровые	1

			упражнения.	
48.	20.12.2024		Ведение мяча (дриблинг)игра «баскетбол»	1
49.	25.12.2024		Игровые задания 1x1,2x1, 2x2. Броски по корзине после ведения с преодолением сопротивления.	1
50.	25.12.2024		Игровые задания 1x1,2x1, 2x2. Броски по корзине после ведения с преодолением сопротивления.	1
51	27.12.2024		Борьба за мяч под щитом. Ведение мяча, прием мяча, передача в движении.	1
52.	10.01.2025		Ведение мяча (дриблинг)игра «баскетбол»	1
53.	15.01.2024		Ловля мяча, проход, обводка, передача в прыжке. Игровые упражнения. Игра.	1
54.	15.01.2025		Ловля мяча, проход, обводка, передача в прыжке. Игровые упражнения. Игра.	1
55.	17.01.2025		Прыжки по координационной лестнице, бег змейкой, ведение мяча змейкой.	1
56.	22.01.2025		Игровые задания 1x1,2x1, 2x2. Броски по корзине после ведения с преодолением сопротивления.	1
57.	22.01.2025		Игровые задания 1x1,2x1, 2x2. Броски по корзине после ведения с преодолением сопротивления.	1
58.	24.01.2025		Ведение мяча (дриблинг)игра «баскетбол».	1
59.	29.01.2025		Ведение мяча с изменением направлений. Броски по корзине после ведения с 2х шагов.	1
60.	29.01.2025		Ведение мяча с изменением направлений. Броски по корзине после ведения с 2х шагов.	1
61.	31.01.2025		Броски в кольцо со штрафной линии.Игра «10 передач»	1

62.	05.02.2025		Борьба за мяч, отскочивший от щита, подбор мяча. Броски мяча по корзине после ведения. Игра «стритбол».	1
63.	05.02.2025		Борьба за мяч, отскочивший от щита, подбор мяча. Броски мяча по корзине после ведения. Игра «стритбол».	1
64.	07.02.2025		Комплекс ОРУ. Броски мяча по корзине после ведения. Игра «стритбол».	1
65.	12.02.2025		Прыжки по координационной лестнице, бег змейкой, ведение мяча змейкой.	1
66.	12.02.2025		Прыжки по координационной лестнице, бег змейкой, ведение мяча змейкой.	1
67.	14.02.2025		Комплекс ОРУ. Ведение мяча с изменением ритма и направления движения. Игровые задания 1x1, 1x2.	1
68.	19.02.2025		Комплекс ОРУ. Действие игрока в защите, в нападении. Постановка заслона. Игра.	1
69.	19.02.2025		Действие игрока в защите, в нападении. Постановка заслона. Игра.	1
70.	21.02.2025		Ведение мяча (дриблинг) игра «баскетбол»	1
71.	26.02.2025		ОРУ в движении. Игра в нападении 2x1, 2x2. Броски по корзине после дриблинга.	1
72.	26.02.2025		ОРУ в движении. Игра в нападении 2x1, 2x2. Броски по корзине после дриблинга.	1
73.	28.02.2025		ОРУ. Борьба за мяч, отскочивший от щита, подбор мяча. Броски мяча по корзине после ведения. Игра.	1
74.	05.03.2025		ОРУ. Ведение мяча, прием мяча, передача в движении. Игровые упражнения 1x1, 2x1, 2x2.	1

75.	05.03.2025		ОРУ. Ведение мяча, прием мяча, передача в движении. Игровые упражнения 1x1,2x1,2x2.	1
76.	07.03.2025		Броски в кольцо со штрафной линии.Игра «10 передач»	1
77.	12.03.2025		ОРУ. Броски по корзине после дриблинга. Игра.	1
78	12.03.2025		ОРУ. Броски по корзине после дриблинга. Игра.	1
79	14.03.2025		Передача, прием мяча в движении. Броски по корзине. Игровые задания 1x1,2x1.	1
80.	19.03.2025		Ловля мяча, проход, обводка, передача в прыжке. Игра.	1
81.	19.03.2025		Ловля мяча, проход, обводка, передача в прыжке. Игра.	1
82.	21.03.2025		Комплекс ОРУ. Игровые задания 1x1, 1x2, 2x2. Игра.	1
83.	26.03.2025		Ведение мяча (дриблинг). Игра «баскетбол»	1
84.	26.03.2024		Ведение мяча (дриблинг). Игра «баскетбол»	1
85.	28.03.2025		Передача, прием мяча в движении. Броски по корзине после дриблинга. Игра 1x1.	1
86.	02.04.2025		Действие игроков в защите, нападении. Борьба за мяч под щитом. Игровые задания 1x1.	1
87.	02.04.2025		Действие игроков в защите, нападении. Борьба за мяч под щитом. Игровые задания 1x1.	1
88.	04.04.2025		Передвижение игроков без мяча (открывание). Прием мяча в движении. Игра 3x3	1
89.	09.04.2025		Прыжки по координационной лестнице, бег змейкой, ведение мяча змейкой.	1
90.	09.04.2024		Прыжки по координационной лестнице, бег змейкой, ведение мяча змейкой.	1

91.	11.04.2025		Ведение мяча с изменением направлений. Игровые задания 1x1,2x2. Игра.	1
92	16.04.2024		Ведение мяча с изменением направлений. Игровые задания 1x1,2x2. Игра.	1
93.	16.04.2025		Броски по корзине после ведения с преодолением сопротивления. Игра	1
94.	18.04.2025		Борьба за мяч, отскочивший от щита, подбор мяча. Броски мяча по корзине после ведения.	1
95.	23.04.2025		Передача, прием мяча в движении. Броски по корзине после дриблинга. Игра 1x1.	1
96.	23.04.2025		Передача, прием мяча в движении. Броски по корзине после дриблинга. Игра 1x1.	1
97.	25.04.2025		Броски в кольцо со штрафной линии. Игра «10 передач»	1
98.	30.04.2025		Ведение мяча (дриблинг)игра «баскетбол»	1
99.	30.04.2025		Ведение мяча (дриблинг). Игра «баскетбол»	1
100.	02.05.2025		Броски по корзине после ведения с преодолением сопротивления. Игра.	1
101.	07.05.2024		Ведение мяча с изменением направлений. Игровые задания 1x1,2x2. Игра.	1
102.	07.05.2025		Ведение мяча с изменением направлений. Игровые задания 1x1,2x2. Игра.	1

103.	09.05.2025		Броски по корзине после ведения с 2х шагов. Игра «стритбол».	1
104.	14.05.2024		Передвижение без мяча. Ловля мяча, проход, обводка, передача в прыжке. Игра.	1
105.	14.05.2025		Передвижение без мяча. Ловля мяча, проход, обводка, передача в прыжке. Игра.	1
106.	16.05.2025		Броски по корзине после ведения с 2х шагов. Игровые задания 1х1,2х2.	1
107.	21.05.2025		Игровые задания 1х1,2х2. Игра двухсторонняя	1
108.	21.05.2025		Игровые задания 1х1,2х2. Игра двухсторонняя	1
			Всего 108ч.	

Содержание программы

1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда – 1 час.

Теория – 1 час.

- Инструктаж по охране труда.
- Правила пожарной безопасности.
- Правила поведения на занятии.
- План работы секции на год. Знакомство с традициями и правилами секции на год.
- Форма одежды и внешний вид.

2. Общая физическая подготовка – 15 часов.

Теория – 3 часа:

- Занятия по подготовке и сдаче норм в соответствии с возрастом обучающихся;
- Гимнастические упражнения;
- Упражнения для мышц туловища.

Практика – 12 часов:

- Занятия по подготовке и сдаче норм в соответствии с возрастом обучающихся;
- Гимнастические упражнения: для мышц рук и плечевого пояса, упражнения без предметов индивидуальные и в парах.
- Упражнения с набивными мячами - поднимание, опускание,

перебрасывание с одной руки на другую над головой, перед собой, за спиной, броски и ловля мяча; в парах, держась за мяч – упражнения в сопротивлении.

- Упражнения с гимнастическими палками, гантелями, с резиновыми амортизаторами.
- Упражнения на снарядах - висы, упоры, размахивания в висе и упоре, подтягивание, лазание по канату.
- Упражнения для мышц туловища и шеи.
- Упражнения без предметов индивидуальные и в парах: наклоны и повороты головы.
- Упражнения с набивными мячами - лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибания, наклоны.
- Упражнения с гимнастическими палками, с резиновыми амортизаторами, на гимнастических снарядах.

3. Специальная физическая подготовка – 15 часов.

Теория – 2 часа:

- Подбор упражнений для развития быстроты.

Практика – 13 часов:

- Выполнение упражнений для развития быстроты.
По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках 5, 10, 15 м и т.д. до 30 м, с постоянным изменением длины отрезков. Из исходных положений: стойка баскетболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях относительно к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.
- Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.
- Бег с остановками и резким изменением направления. Челночный бег на 5, 9 и 10 м (с общим пробеганием за одну попытку 25-35 м). Челночный бег, отрезки пробегаются лицом, спиной, правым, левым боком вперед; приставными шагами. То же с набивными мячами в руках (весом от 3 до 6 кг), с поясом - отягощением или в куртке с весом.

4. Техническая и тактическая подготовка – 40 час.

Теория – 10 часов:

- Значение технической и тактической подготовки для повышения спортивного мастерства.
- Определение и исправление ошибок. Показатели качества спортивной тактики.
- Основы совершенствования тактической подготовки. Методы и средства тактической подготовки.
- Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока.

Практика – 30 часов:

- Перемещения 5м x 6 м с оценкой быстроты перемещений различными способами с изменением направлений движения.
- Выполнение двух попыток перемещений с учетом лучшего результата.

5. Интегральная подготовка – 11 часов.

Теория – 1 час :

- Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации.
- Применение в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.
- Отражение в установках на игру заданий, которые давались в учебных играх.

Практика – 10 часов:

- Чередование подготовительных и подводящих упражнений по отдельным техническим приемам.
- Чередование подготовительных упражнений (для развития специальных качеств) и выполнения технических приемов.
- Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях (отдельно в защите, отдельно в нападении, а также в защите и нападении).
- Чередование изученных тактических действий индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите. Индивидуальные действия при бросках, при накрывании, при борьбе за отскочивших от щита мяч. Групповые действия в нападении и защите. То же – командные действия.
- Многократное выполнение технических приемов. Перемещения в сочетании с действиями с мячом. Перемещения различными способами в сочетании с ловлей и передачей мяча различными способами в различных направлениях. Ведение мяча разными способами в сочетании с перемещениями различными способами, передачей, ловлей, бросками в корзину.
- Многократное выполнение каждого в отдельности из изученных тактических действий (в объеме программы) – индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите, а также в сочетаниях.
- Учебные игры. Обязательное требование - применение изученных технических приемов и тактических действий.

6. Контрольные испытания – 15 часов.

Теория – 1 час:

- Содержание и методика проведения контрольных испытаний.
- По существу нормативные требования составляют основное содержание

начального отбора детей для занятий баскетболом, помогают определить каждому обучающегося игровую функцию и произвести отбор в сборные команды различных рангов.

Практика – 14 часов:

- Участие в контрольных испытаниях.
- Сдача нормативов.
- Товарищеские игры с командами соседних школ.
- Итоговые контрольные игры.

7. Соревновательная деятельность – 10 часов.

Теория – 1 час:

- Просмотр видеоматериалов. Обсуждение соревнований.
- Составление комплексов упражнений по СФП, по обучению перемещениям, приему и передаче мяча.

Практика – 9 часов:

- Контрольные игры по упрощенным правилам баскетбола.
- Товарищеские игры с командами соседних школ.
- Судейство на учебных играх в своей группе (по упрощенным правилам)
- Итоговые контрольные игры.

8. Итоговое занятие – 1 час.

Практика – 1 час:

- Подведение итогов обучения по программе «Юный баскетболист».
- Вручение наград и поощрений.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Промежуточный и итоговый контроль/ аттестация освоения обучающимся дополнительной общеразвивающей программы

- Промежуточная диагностика и контроль – декабрь
- Итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Формы проведения диагностики и контроля определены дополнительной общеразвивающей программой. Промежуточная аттестация и диагностика может проводиться при помощи электронного обучения с применением дистанционных, внеаудиторных образовательных технологий при необходимости.

Оценочные материалы

Система контроля и результативности обучения

Основной показатель работы секции по баскетболу – выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественных и качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестовых заданий и контрольных упражнений. Контрольные тестовые задания и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2-3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все обучающиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестовое задание. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в баскетбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

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

Контрольные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Способы и формы выявления результатов	Способы и формы фиксации результатов	Способы и формы предъявления результатов
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Опрос ➤ Тестовое задание ➤ Контрольные упражнения ➤ Контрольная игра в баскетбол ➤ Календарные игры ➤ Контрольные зачеты ➤ Соревнования 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Грамоты ➤ Дипломы ➤ Протоколы соревнований ➤ Фотографии 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Контрольные игры ➤ Открытые занятия ➤ Соревнования ➤ Контрольные упражнения ➤ Контрольные зачеты

Методические материалы

Использование новых образовательных технологий

Образовательные технологии:

➤ Обучение в сотрудничестве.

Коллектив обучающихся выполняет задания совместно, помогают друг другу овладеть техникой и тактикой владения меча.

➤ Здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии, используемые на учебно-тренировочных занятиях:

✚ *Чередование видов деятельности.* Разнообразие форм организации занятий, чередование физической и умственной нагрузки обучающихся - один из способов повышения эффективности учебно-тренировочного занятия.

✚ *Благоприятная дружеская обстановка на занятиях.* Тренировка должна быть развивающей, интересной. На учебно-тренировочных занятиях обязательно обращается внимание на физическое и психологическое состояние обучающихся.

✚ *Занятия на свежем воздухе.* Известно, что обучающиеся очень сильно подвержены простудным заболеваниям, поэтому одной из задач является повышение устойчивости детского организма такого рода болезням. Эффективным средством против простудных заболеваний становится закаливание организма, опираясь на естественные факторы закаливания. При благоприятных погодных условиях тренировка проходит на улице.

✚ *Воспитательная направленность занятия.* Воспитательный эффект учебно-тренировочных занятий достигается за счет возможностей индивидуально-дифференцированного подхода к развитию качеств каждого обучающегося и формированию ценностного отношения к своему здоровью.

➤ Информационно-коммуникативная технология

Использование презентаций в обучении и Интернет-ресурсов.

➤ Использование электронного обучения с применением дистанционных образовательных технологий при необходимости

Методическое обеспечение образовательной программы

<i>№</i>	<i>Раздел / тема</i>	<i>Форма организации и проведения занятия</i>	<i>Приемы, методы</i>	<i>Дидактический материал, техническое оснащение занятий</i>	<i>Подведение итогов</i>
	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	Беседа	Памятка	Журнал по ТБ	Опрос
1	Общая физическая подготовка	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание -создание ситуации успеха <u>Познавательные:</u> -игры <u>Социальные:</u> -создание ситуации взаимопомощи -взаимопроверка <u>Практические:</u> -упражнение -тренинг	Памятка	Тестовое задание
2	Специальная физическая подготовка	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание -создание ситуации успеха <u>Практические:</u> -упражнение	Плакат Памятка	Сдача нормативов, открытое занятие

			-тренинг		
3	Техническая и тактическая подготовка	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание -создание ситуации успеха <u>Практические:</u> -упражнение -тренинг	Плакат Памятка	Сдача нормативов, открытое занятие
4	Интегральная подготовка	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание -создание ситуации успеха <u>Практические:</u> -упражнение -тренинг	Плакат Памятка	Сдача нормативов, соревнования
5	Контрольные испытания	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание -создание ситуации успеха <u>Практические:</u> -упражнение -тренинг	Плакат Памятка	Сдача нормативов, открытое занятие
6	Соревновательная деятельность	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание	Плакат Памятка	Сдача нормативов, соревнования

			-создание ситуации успеха <u>Практические:</u> -упражнение -тренинг		
7	Итоговое занятие	Тренировка	<u>Эмоциональные:</u> -поощрение -порицание -создание ситуации успеха <u>Практические:</u> -упражнение -тренинг	Плакат Памятка	Тестовое задание

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста обучающихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- Словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление о баскетболе: рассказ, замечания, команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.;
- Наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- Практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: в целом, по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Баскетбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены обучающимися путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Информационные источники

Нормативная база:

- ✓ Федеральный закон № 273 – ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию, утвержденными распоряжением Комитета по образованию от 01.03.2017, № 617-р.
- ✓ САНПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режим работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Информационные источники для педагога:

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, 2008. - 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, 2007. - 134 с.
4. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1997. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт»).
5. Би К., Нортон К. Упражнения в баскетболе. Пер. с англ. М., ФиС, 1999 г.
6. Пинхолстер Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений (перевод с английского) М., ФиС ,2000 г. - 1964 с. с илл.
7. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999 г. - 256 с. с илл.

Информационные источники для обучающихся:

1. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006г. - 211, [13] с.:
2. Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.
3. Билл Гатмен и Том Финнеган. «Всё о тренировке юного баскетболиста». Москва АСТ * Астрель 2007 г.
4. Баскетбол. Правила игры. Регин. Санкт-Петербург 2007 г.
5. Сортел,Н. Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков АСТ: Астрель, 2005 г.
6. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола. Москва: Фаир-Пресс, 2003.

Интернет-ресурсы:

1. https://basketball-training.org.ua/about_site
2. <http://www.slamdunk.ru>
3. <http://спортстатьи.рф/metody-obucheniya-basketbolu/>
4. <http://www.iprbookshop.ru/591>