

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр дополнительного образования р.п. Вешкайма
Ульяновской области

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «23» августа 2024 г.

Приказ № 44/2
от «23» августа 2024 г.

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ЦДО
р.п. Вешкайма



Феткуллова Г.Н.

(подпись)

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно- спортивной направленности
«Баскетбол»**

Уровень программы: **базовый**
Срок реализации программы – **144 часа**
Возраст обучающихся второго года обучения: **12-17 лет**

Авторы-составители:
педагоги дополнительного образования
Глушак Василий Петрович
Павлов Максим Сергеевич

р.п. Вешкайма 2024 г.

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся от 12 до 17 лет в условиях Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центр дополнительного образования р.п. Вешкайма (на базе МБОУ Вешкаймского лицея им. Б.П.Зиновьева при УлГТУ), МОУ Ховринская ООШ.

Программа разработана на основе следующих нормативно – правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Ульяновской области от 20.09.2022 № 485-пр;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 года «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ 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».

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

- Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 года № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

Локальные акты ОО:

- Устав МБУ ДО ЦДО р.п. Вешкайма;
- Положение о порядке проведения промежуточной аттестации обучающихся и осуществления текущего контроля успеваемости от 21.05.2018 № 7;
- Положение о порядке приёма, отчисления от 10.01.2020 № 8/1У;
- Правила внутреннего распорядка обучающихся от 10.01.2020 № 8/1У;
- Положение о порядке обработки персональных данных обучающихся в МБУ ДО ЦДО р.п. Вешкайма от 10.01.2020 № 8/1У;
- Положение о дистанционном обучении обучающихся внутреннего МБУ ДО ЦДО р.п. Вешкайма от 06.04.2020 № 36;

Направленность образовательной программы

Уровень освоения программы: *базовый*

Направленность (профиль) программы: *физкультурно-спортивная*

Актуальность образовательной программы физкультурно-спортивного направления «Баскетбол» обусловлена тем, что спортивную подготовку в

системе дополнительного образования детей она рассматривает в качестве специализированного процесса использования физических упражнений с целью развития и совершенствования свойств и способностей, обуславливающих формирование двигательных навыков и физических качеств обучающихся. В детском возрасте наиболее интенсивно развиваются двигательные навыки, так как в этот период происходит формирование всего биодвигательного аппарата и физических качеств. Слабое, негармоничное развитие мышечной системы значительно задерживает развитие двигательных способностей ребенка.

Как известно, игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека. Она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребность в общении, получении информации, дает приятную физическую нагрузку. Кроме того, игра оказывает благотворное влияние на формирование творческой души, развитие физической силы и способностей. В игре растущий человек познает окружающий мир, жизнь, ищет себя. Спортивные игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Это и стало основной целью созданной программы дополнительного образования детей «Баскетбол».

Отличительные особенности данной образовательной программы от уже существующих в этой области заключается в том, что программа создана на основе обобщения передового опыта работы тренеров – преподавателей, опираясь на теоретические основы физического воспитания и программу по спортивным играм «баскетбол». В тренировочном процессе следует учитывать возрастные особенности развития организма, в частности такие закономерности, как не одновременность (гетерохронность) развития физических качеств и функций организма.

Новизна программы - применение на занятиях инновационных методов обучения, которые позволяют осуществлять дифференцированный подход в системе физического воспитания.

Метод предполагает использование различных вариантов упражнений и их выбор в соответствии с возрастными особенностями физического состояния занимающихся и содержанием программы.

Опыт использования информационных технологий на занятиях показал, что данная технология способствует повышению эффективности и качества процесса обучения, его многоуровневую основу.

Адресат программы – дети и подростки в возрасте 12 – 17 лет.

Характеристика возрастной группы. Программа разработана для среднего школьного возраста 12-17 лет. Этот возраст характеризуется максимальными темпами роста длины тела, одновременно с резким увеличением общей массы мышц, возрастает и их сила, особенно в 13-14 лет. К 15-17 годам мышцы по своим свойствам мало отличаются от мышц взрослых людей. В основном завершается развитие иннервационного аппарата мышц, что делает возможным длительное выполнение тонко-дифференцированных движений. В этот период заканчивается возрастное развитие координации движений. В этом возрасте повышается способность к выполнению как интенсивных кратковременных нагрузок, так и продолжительной работы. Аэробные возможности увеличиваются в большей степени, чем анаэробные.

Занятия баскетболом развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе.

В соответствии с концепцией образовательной программы формирование групп обучающихся происходит на добровольной основе по интересам и способностям, по возрастному ограничению - **состав группы постоянный.**

Программа составлена с учетом психологических и физиологических особенностей детей разного возраста. Количество детей в группе – 15-20 человек, имеющих медицинский допуск к занятиям.

Объем программы:

1 модуль - **64** часа;

2 модуль – **80** часов;

Всего – **144** часа.

Срок освоения программы: 1 год.

Режим занятий:

периодичность - 2 раза в неделю;

продолжительность одного занятия 2 часа

(очно) –45 мин. занятие / 15 мин. перерыв x 2 раза.

Кроме того, программа предусматривает индивидуальную работу с одаренными детьми.

Формы обучения и особенности организации образовательного процесса

Базовая форма обучения данной программы – *очная*, но в случаях невозможности проведения занятий в очном режиме доступно осуществление некоторого числа *дистанционных занятий* (тренировки в виде физических упражнений) с использованием электронно-коммуникационных технологий, в том числе сети интернет.

Программа предусматривает использование следующих **форм** работы:

фронтальной - подача материала всему коллективу воспитанников;

индивидуальной - индивидуальная форма и работа в парах используется в тех случаях, когда отдельные занимающиеся отстают в физической, тактической, технической подготовке. Педагог определяет слабые места в подготовке занимающихся и дает им индивидуальные задания, которые выполняются во время занятия.

групповой - когда обучающимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности. Чаще всего используется в занятиях с начинающими, при решении задач физической подготовки, изучении технике и основ тактики баскетбола. Педагог проводит занятие одновременно со всей группой, давая общие упражнения для всех занимающихся.

Соревнования. Соревнования - важная часть учебно-тренировочного процесса. В соревнованиях определяется подготовка воспитанника, совершенствуются его физические качества и двигательные навыки, закаляется воля.

В качестве **основного принципа организации учебно-тренировочного процесса** предлагается спортивно-игровой принцип, предусматривающий широкое использование специализированных игровых комплексов и тренировочных заданий, позволяющих одновременно с разносторонней физической подготовкой подвести учащихся к пониманию сути баскетбола с позиций, возникающих и создающих в ходе турнира ситуаций. В этом случае учебный процесс строится с учетом естественно и постепенно повышающихся тренировочных требований, по мере реализации которых решаются задачи укрепления здоровья учащихся, развития у них специфических качеств, привития любви к спорту и устойчивого интереса к дальнейшим занятиям баскетболом.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам (работа по индивидуальным образовательным маршрутам обязательна на этапе спортивного совершенствования для одаренных детей), медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах.

Сетевое взаимодействие

Программа реализуется в форме сетевого взаимодействия.

Предметом сетевого взаимодействия являются: помещение, оборудование и кадровое обеспечение.

Принимающая сторона (где проходят занятия) должна обеспечить возможность реализации программы: кадровым педагогическим составом, специально оборудованными площадками, инвентарём, снаряжением и другими расходными материалами. Помещение должно соответствовать всем требованиям СанПиН и противопожарной безопасности.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: расширение арсенала двигательных умений и навыков обучающихся на основе их интересов и склонностей, формирование потребности в здоровом образе жизни, гармоничное развитие личности через занятия баскетболом.

Задачи программы:

1. Обучающие

расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;

обучение техническим и тактическим приёмам баскетбола;

обучение правильному регулированию своей физической нагрузки;

формирование умений в организации и судействе спортивной игры «баскетбол»;

овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по баскетболу.

2. Развивающие

развитие координации движений и основных физических качеств;

содействие развитию познавательных качеств личности;

развитие таких качеств, как внимание, быстрота, реакция, быстрота мышления, выносливость, сила, гибкость, ловкость.

3. Воспитательные

воспитание устойчивого интереса и любви к занятиям спортом, в частности баскетболом, формирование у обучающихся навыков ответственного отношения к своему здоровью и здорового образа жизни;

воспитание у обучающихся трудолюбия, упорства в достижении желаемых результатов, чувства товарищества, дисциплинированности, настойчивости и упорства, решительности и смелости, инициативности и самостоятельности, выдержки и самообладания.

1.3. УЧЕБНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 модуль

№ п/ п	Виды спортивной подготовки	Общее количество часов	В том числе		Формы контроля
			Теория	Практик а	
1.	Теоретическая		<i>В процессе занятий</i>		Беседа
2.	Техническая	26	4	22	Тестирование, игровая практика
3.	Тактическая	18	4	14	Игровая практика (игра)
4.	Физическая	20	4	16	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке
1 модуль итого:		64 часа	12 ч.	52 ч.	

2 модуль

№ п/ п	Виды спортивной подготовки	Общее количество часов	В том числе		Формы контроля
			Теория	Практик а	
1.	Теоретическая		<i>В процессе занятий</i>		Беседа
2.	Техническая	18	4	14	Тестирование, игровая практика
3.	Тактическая	24	4	20	Игровая практика (игра)
4.	Физическая	24	4	20	Педагогическое наблюдение, зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке
5.	Участие в соревнованиях по баскетболу	12	4	8	Соревнование
6.	Итоговое занятие	2	1	1	Контрольная игра
2 модуль итого:		80час.	17 ч	63 ч	
Всего:		144ч	29	115	

1.4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

1. Теоретическая подготовка

Теория:

Психологическая подготовка юных спортсменов:
общепсихологическая подготовка (круглогодичная), психологическая подготовка к соревнованиям и управление нервно-психическим восстановлением.

История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Количество занимающихся в стране и мире. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и их состояние. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодёжных и юниорских команд баскетболистов на соревнованиях.

Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Понятие о процессе спортивной подготовки. Взаимосвязь соревнований, тренировки и восстановления. Формы организации спортивной тренировки. Основные средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Специализация и индивидуализация в спортивной тренировке. Использование технических средств и тренажерных устройств. Общая характеристика спортивной тренировки юных спортсменов. Самостоятельные занятия: утренняя гимнастика, индивидуальные занятия по совершенствованию физических качеств и техники движений. Физические качества. Виды силовых способностей: собственно силовые, скоростно-силовые. Методика воспитания силовых способностей. Понятие быстроты, формы ее проявления. Методы воспитания быстроты движений. Гибкость и ее развитие. Понятие о ловкости как комплексной способности к освоению техники движений. Виды проявления ловкости. Методика воспитания ловкости. Понятие выносливости. Виды и показатели выносливости.

Форма контроля: Беседа.

2. Техническая подготовка + теоретическая

Теория: основа спортивного мастерства, целесообразность применения приемов в конкретной игровой обстановке, техника передвижений, техника защиты, техника владения мяча, целесообразное применение техники передвижения: прыжков, остановок, поворотов, техника нападения.

Практика: Передвижение по площадке в низкой стойке. Передача мяча, ведение, бросок. Выбор свободного места для получения мяча. Перемещение защитника, его расположение по отношению к щиту и противник. Целесообразность применения приемов в конкретной игровой обстановке.

Основная стойка баскетболиста. Бег с изменением направления и скорости. Передвижение приставными шагами (правым и левым боком, вперед и назад). Остановки во время бега: шагом, прыжком. Повороты на месте: вперед, назад. Сочетание передвижений, остановок, поворотов. Ловля двумя руками мяча, летящего навстречу и сбоку на уровне груди. Передача мяча двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте. Ведение мяча правой, левой рукой и попеременно. Ведение с изменением направления. Броски мяча двумя руками, от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине, с отражением от щита.

Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Перемещение в стойке защитника вперед, в стороны, назад. Индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча. Командные действия: нападение по принципу выбора свободного места. Индивидуальные действия: умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча.

Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

Форма контроля: Тестирование, игровая практика.

3.Тактическая подготовка + теоретическая

Теория:

Основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки. Классификация приемов техники игры. Анализ техники изучаемых приемов игры.

Защитные действия при опеке игрока без мяча, защитные действия при опеке игрока с мячом, перехват мяча, борьба за мяч после отскока от щита, быстрый прорыв, командные действия в защите, в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Тактические комбинации в определённые моменты игры (начало игры с центра), введение мяча в игру (из-за боковой и лицевой линии), система игры и типичных для неё комбинаций, переключение с одной системы игры на другую, тактические действия в нападении и в защите.

Практика:

Функция нападения, действия игрока без мяча и действия игрока с мячом, выход для получения мяча и выход для отвлечения мяча, розыгрыш мяча и атаки корзины, взаимодействия двух и взаимодействия трех игроков; взаимодействия двух игроков - передай мяч и выходи, заслон, наведение, пересечение; взаимодействие трёх игроков - треугольник, тройка, малая восьмёрка, скрестный выход, сдвоенный заслон, наведение на двух игроков. Стремительное и позиционное нападение.

Переключение от нападения к защите; противодействия игроку без мяча, стремящемуся получить мяч, а также игроку с мячом и его попыткам передать, вести или бросить мяч в корзину; борьба заслоном (выход на вершину заслона, проскальзывание, обход); выбор места и способа единоборства защитника; разбор ситуации: 1 защитник - 2 нападающих; 1 защитник - 3 нападающих, ит.д. ;согласованные действия 2-3-4-х игроков команды, в перемещениях по

всей площадке или на своей стороне; подстраховка; «ловушки»; смена игроков; разбор ситуации: 2 защитника - 3 нападающих; 3 защитника - 4 нападающих; 4 защитника - 5 нападающих; взаимодействие двух игроков (подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча); взаимодействие трёх игроков (против тройки, против малой восьмёрки, против скрестного выхода, против сдвоенного заслона, против наведения на двух). Концентрированная защита: систему личной защиты; систему зонной защиты; систему смешанной защиты. Рассредоточенная защита: систему личного прессинга; систему зонного прессинга; систему смешанной защиты.

Просмотр видеозаписей игр.

Форма контроля: Игровая практика (игра).

4. Физическая подготовка + теоретическая

Теория:

Понятие об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки

утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий в спорте. Проведение восстановительных мероприятий после напряжённых тренировочных нагрузок. Активный отдых. Самомассаж. Спортивный массаж. Баня.

Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка.

Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов. Тактическая подготовка, понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Практика:

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Акробатические

упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты). Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Форма контроля: Педагогическое наблюдение, зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке.

5.Участие в соревнованиях по баскетболу

Теория: Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение. Значение спортивных соревнований для популяризации вида спорта. Спортивные соревнования как важнейшее средство роста спортивного мастерства. Правила соревнований по баскетболу. Способы проведения соревнований: круговой способ, отборочно - круговой, способ прямого выбывания, смешанный способ. Различные аспекты соревновательной деятельности. Победа над соперником, как основная цель соревновательной деятельности. Успешность выступления команды. Зависимость результативности соревновательной деятельности баскетболистов от игровых функций: защитники, нападающие и центровые.

Правила судейства соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований. Обязанности и права старшего судьи.

Практика: Тренировочные игры 1 на 1, 3 на 3, 5 на 5. Ознакомление с командным планом соревнований, с положением о соревнованиях. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.

Участие и проведение спортивных соревнований, товарищеских игр.

Форма контроля: Соревнования.

6. Итоговое занятие

Теория: Разбор ключевых моментов игры «Баскетбол». Повтор пройденного материала.

Практика: Контрольная игра.

Форма контроля: Контрольная игра.

1.5. ПЛАНИРУЕМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты освоения физической культуры:

- формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;
- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к учащимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь учащимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

Метапредметные результаты освоения физической культуры:

Регулятивные УУД:

- Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий во время занятий;
- Учиться работать по определенному алгоритму;
- Адекватно воспринимать оценку учителя.

Познавательные УУД:

- Уметь делать выводы в результате совместной работы учителя и учащихся;
- Определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Активно включаться в процесс по выполнению заданий;
- Выражать творческое отношение к выполнению заданий.

Коммуникативные УУД:

- Умение оформлять свои мысли в устной форме;
- Слушать и понимать речь других;
- Учиться работать в паре, группе, выполнять различные роли;
- Участвовать в коллективном обсуждении.

Личностные результаты освоения предмета физической культуры:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учётом устойчивых познавательных интересов;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Реализация программы «Баскетбол – путь к здоровью» это не только овладение техникой и тактикой игры, но и воспитание качеств личности:

- мгновенно оценивать обстановку;

- действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации;
- проявления высокой самостоятельности;
- умение управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями;
- умение работать в группе и подчинять свои интересы коллективу, что способствует социализации уч-ся.

По окончании первого года обучения учащиеся должны

знать:

- основы истории развития баскетбола в России;
- сведения о строении и функциях организма человека;
- правила игры в баскетбол;
- особенности развития физических способностей на занятиях.

уметь:

- выполнять бег 30 м на время.
- выполнять прыжок в длину с места.
- выполнять кросс без учета времени.
- выполнять поднимание туловища за 30 сек.
- выполнять бег 30 м /5х6/
- выполнять ведение мяча в движении шагом.
- выполнять броски мяча.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель: 36 недель.

Количество учебных дней: 72 дней.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия Т-теория, П-практика	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1 модуль – первое полугодие							
1	Техническая	2	Т/П	Тестирование			

	подготовка						
2	Техническая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
3	Техническая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
4	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
5	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
6	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
7	Техническая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
8	Техническая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
9	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
10	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
11	Техническая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
12	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
13	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
14	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
15	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
16	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
17	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
18	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			

19	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
20	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
21	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
22	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
23	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
24	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
25	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
26	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
27	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
28	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
29	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
30	Физическая подготовка	2	П	Зачётное занятие по общей и специальной физической подготовке			
31	Физическая подготовка	2	П	Зачётное занятие по общей и специальной физической подготовке			
32	Физическая подготовка	2	П	Зачётное занятие по общей и специальной физической			

				подготовке			
Итого за 1 модуль		64 часа					
2 модуль – второе полугодие							
33	Техническая подготовка	2	Т/П	Тестирование			
34	Техническая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
35	Техническая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
36	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
37	Техническая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
38	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
39	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
40	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
41	Техническая подготовка	2	П	Игровая практика			
42	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
43	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
44	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
45	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
46	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
47	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			

48	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
49	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
50	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
51	Тактическая подготовка	2	Т/П	Игровая практика			
52	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
53	Тактическая подготовка	2	П	Игровая практика			
54	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
55	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
56	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
57	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
58	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
59	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
60	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
61	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
62	Физическая подготовка	2	П	Педагогическое наблюдение			
63	Физическая подготовка	2	Т/П	Педагогическое наблюдение			
64	Физическая подготовка	2	П	Зачётное занятие по общей и специальной физической			

				подготовке			
65	Физическая подготовка	2	П	Зачётное занятие по общей и специальной физической подготовке			
66	Участие в соревнованиях по баскетболу	2	Т/П	Соревнования			
67	Участие в соревнованиях по баскетболу	2	Т/П	Соревнования			
68	Участие в соревнованиях по баскетболу	2	Т/П	Соревнования			
69	Участие в соревнованиях по баскетболу	2	Т/П	Соревнования			
70	Участие в соревнованиях по баскетболу	2	П	Соревнования			
71	Участие в соревнованиях по баскетболу	2	П	Соревнования			
72	Итоговое тестирование	2	Т/П	Контрольная игра			
Итого за 1 модуль		80 часов					
Всего за год		144 часа					

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

№	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
Места для занятий:	

1	Спортивный зал для занятий баскетболом
Спортивный инвентарь:	
1	Кольца для баскетбола
2	Баскетбольные конструкции
3	Баскетбольные мячи
4	Баскетбольные сетки
5	Скамейка гимнастическая
6	Скакалка
7	Мат гимнастический
8	Гимнастический подкидной мостик
9	Кегли
10	Обруч пластиковый
11	Планка для прыжков в высоту
12	Стойка для прыжков в высоту
13	Флажки: разметочные с опорой, стартовые
14	Рулетка измерительная
15	Аптечка

Информационное обеспечение

<http://school-collection.edu.ru/> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов.

<http://www.internet-school.ru> – интернет-школа издательства «Просвещение»: «Физическая культура»

<http://vvvww.som.fio.ru> – сайт Федерации Интернет-образования, сетевое объединение методистов

<http://www.it-n.ru> – российская версия международного проекта Сеть творческих учителей

<http://www.infosport.ru> - Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»

<http://www.teoriya.ru/> - Научный портал «Теория. Ру»

<http://www.teoriya.ru/journals/> - Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры".

<http://www.teoriya.ru/fkvot/> - Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка"

<http://spo.1september.ru/urok/> - Сайт «Я иду на урок физкультуры»

<http://ipk.ulstu.ru/?q=node/2659> - Интернет ресурс клуба учителей физической культуры Ульяновской области.

http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp -Международные спортивные федерации

<http://www.iasi.org/> - Международная ассоциация спортивной информации

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

Кадровое обеспечение программы

По программе «Баскетбол» может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим требованиям Профессионального стандарта, владеющего знаниями по педагогике, психологии и методикой проведения занятий.

2.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Формы занятий

- традиционные беседы;
- зачеты;
- беседы с родителями;
- общие собрания учащихся и родителей;
- комбинированные занятия;
- игра;
- эстафета;
- соревнования

2. Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- диалог;
- решение проблемных ситуаций;
- словесный, наглядный практический (судейство);
- коллективный, индивидуальный, фронтальный, групповой в парах.

3. Формы подведения итогов

- судейство соревнований;
- зачет;
- открытое занятие для родителей;
- самоанализ;
- сдача контрольно–переводных нормативов;
- соревнования;

В учебно-тренировочном процессе к программе «Баскетбол» применяются следующие **методы работы:**

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 упражнений;
- игровой;
- соревновательный,
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся сформировались некоторые навыки игры.

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

Для реализации Программы необходимы материально-техническое, информационное и кадровое обеспечение.

Обще подготовительные упражнения

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) — сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазанье по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажере типа «геркулес».

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной 10 плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен). Бег

с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне; равновесие при катании на коньках, спусках на лыжах с гор. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырёх баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью. Игры с отягощениями. Эстафеты, комбинированные с бегом,

прыжками, метаниями. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной Местности от 3 мин до 1 ч (для разных возрастных групп). Плавание с учетом и без учета времени. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с гор, прохождение дистанции от 3 до 10 км на время. Спортивные игры на время: баскетбол, мини-футбол (для мальчиков и девочек). Марш-бросок.

Специально-подготовительные упражнения

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и 11 перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голеньях, набивные мячи, гантели).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу

(вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание). Имитация броска амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, хоккейного, мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1-5 кг) на точность, дальность, быстроту. Метание камней с отскоком от поверхности воды. Метание палок (игра в «городки»). Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному в прыжке, с места, с разбега в стену, через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка. Бросок мяча в прыжке с разбега, толкаясь о гимнастическую скамейку. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на стене, в ворота.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с 12 одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с

различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии). Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлинненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

2.4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.

Программа предусматривает входящую, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. **Входной контроль** (предварительная аттестация) – это оценка исходного уровня умений обучающихся перед началом образовательного процесса.

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.

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

2.5 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

№	Тесты	Класс	Оценка					
			«5»		«4»		«3»	
			М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м туда и обратно	7	10	11	10,5	11,5	11	12
		8	8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		9	8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		10	8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3x10м с ведением мяча (сек.)	7	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		9	8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		10	8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков)	7	5	5	4	4	3	3
		8	5	5	4	4	3	3
		9	6	6	5	5	4	4
		10	6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток)	7	5	5	4	4	3	3
		8	6	6	5	5	4	4
		9	7	7	6	6	5	5
		10	8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек.	7	19	18	18	17	17	16
		8	20	19	19	18	18	17
		9	21	20	19	18	18	17

(количество раз)	10	22	20	20	19	19	19
------------------	----	----	----	----	----	----	----

2.6. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ПРОГРАММЫ

При реализации дополнительной общеобразовательной программы «Баскетбол» в рамках воспитательного компонента предусмотрена реализация следующих модулей:

«Учебное занятие»

№	дата	мероприятие
1.	В течение года по расписанию	Воспитательная работа в творческих объединениях (в соответствии с планами воспитательной работы ПДО)
2.	В течение года по расписанию	Воспитательная работа в объединениях в соответствии со знаковыми мероприятиями Ульяновской области

«Детское объединение»

№	дата	мероприятие
1.	Октябрь Декабрь Март Май	Районный слёт детских общественных организаций
2.	Октябрь Декабрь Март Май	Заседание Детского общественного совета Вешкаймского района

«Воспитательная среда»

№	дата	мероприятие
1.	Сентябрь	Беседа-инструктаж «Безопасный путь домой»
2.	Октябрь	День пожилого человека (Изготовление и вручение поздравительных открыток)
3.		День Учителя (участие в концертной программе, вручение поздравительных открыток)
4.	Ноябрь	«Свет материнской любви» (посвящённый Дню матери) - концертная программа, -подарки для мамы
5.	Декабрь	Мастерская Деда Мороза
6.		Акция на день противодействия коррупции

7.	Февраль	Изготовление и вручение открыток ветеранам ко Дню защитника Отечества
8.	Май	День детских организаций (тематическое мероприятие)
9.		Акции по направлениям

«Работа с родителями»

№	дата	мероприятие
1.	В течение года	Родительские собрания

«Наставничество и тьюторство»

№	дата	мероприятие
1.	Октябрь 2023	Тестирование наставляемого, возможности, стремления, цели.
2.	Ноябрь 2023	Составление индивидуальных маршрутов
3.	В течение учебного года	Индивидуальные беседы, консультации
4.	В течение учебного года	Участие в конкурсах, событиях с индивидуальным уклоном
5.	В течение учебного года	Создание self-стартеров и self-инструментов (совершенствование личности наставляемого)
6.	Май 2024	Диагностика достижений за учебный год
7.	Июнь 2024	Анализ индивидуального маршрута наставляемого, внесение корректировок.

«Самоопределение»

№	дата	мероприятие
1	В течение года	Тематическая беседа «Славься, труд!»
2	В течение года	Индивидуальные консультации по профессиональному определению
3	Август 2024	Диагностика социализации и трудоустройства выпускников
4	В течение года	Мероприятия антикоррупционной направленности

«Профилактика»

№	дата	мероприятие
1.	Апрель 2023	Неделя здоровья Акция «За здоровый образ жизни»
2.	сентябрь, октябрь 2023	Акция по ПДД ко Дню пожилого человека
3.	октябрь, декабрь 2023	Районная акция «Засветись! Носи световозвращатель!»

«Медиацентр»

№	дата	Мероприятие
1.	Февраль 2023-март 2024	Фотоконкурс «В объективе Вешкаймский район»

«Воспитание гражданина - патриота»

№	дата	Мероприятие
1.	2-3 ноября 2023	Областной урок истории «В единстве – сила», в рамках празднования Дня народного единства
2.	Февраль 2024	Акция «Подарок защитнику Отечества»
3.	22 июня 2024	Участие во Всероссийской акции «Свеча памяти»

«Личностно-персонифицированный потенциал»

№	дата	Мероприятие
1.	Ноябрь 2023	Фестиваль-конкурс команд Движения «Если быть, то быть Первым!»
2.	19 мая 2024	Участие в региональном Фестивале детских и молодежных общественных организаций Ульяновской области, приуроченный ко Дню детских объединений

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют. //Физкультура в школе – 1990. -№7с. 15-17.
2. Баскетбол. Учебник для ВУЗов физической культуры. (Под общей редакцией Ю.М. Портнова). Москва, 1997. – 476 с.
3. Баскетбол: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт, 2007 г. и другие источники.
4. Литвинов Е.Н. Виленский М.Я. Туркунов Б.И., Захаров Л.А. «Программа физического воспитания учащихся I-XI классов, основанная на одном виде спорта».
5. В.И. Лях, А.А.Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.
6. В.И. Лях, М.Я. Виленский. ФГОС Физическая культура. Рабочая программа Предметная линия учебников 5-9 класс.
7. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб.для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 160 с.
8. Найминова Э. Спортивные игры на уроках физической культуры. Книга для учителя. – Ростов на Дону: Феникс, 2001. – 256 с.
9. Би К., Нортон К. Упражнения в баскетболе. Пер. с англ. М., ФиС, 1999 г.
10. Гомельский Е.Я. Материалы курса «Баскетбольная секция в школе» : лекции 1–8. – М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2009. – 48 с.
11. Материал газеты «Спорт в школе» (2008 г.) «Баскетбольная секция в школе» Гомельский Е. Я.
12. Методическое пособие Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.
13. Методическое пособие для учителей физической культуры,

руководителей спортивных секций, студентов физкультурных специальных вузов. Швайко Л.Г. Развёрнутые планы-конспекты по баскетболу в 5-8 классах. Минск 2008 г.

14. 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.

15. Учебное пособие «Физическая подготовка баскетболистов», Яхонтов Е.Р., СПб, 2007 г.;

Литература для родителей и обучающихся:

1. Билл Гатмен и Том Финнеган «Всё о тренировке юного баскетболиста». Москва АСТ * Астрель 2007 г.

2. Костикова Л.В. «Баскетбол», Москва «Физкультура и спорт» 2002 г.

3. Система подготовки спортивного резерва / Под общ.ред. В. Г. Никитушкина. - М.: ВНИИФК, 1994.

4. Теория спорта / Под общ.ред. В.Н. Платонова. - Киев: Вища школа, 1987.

5. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1974.

6. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1987.