

Управление образования Администрации муниципального образования
«Муниципальный округ Кезский район Удмуртской Республики»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кулигинская средняя общеобразовательная школа»
Кезского района Удмуртской Республики

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения учителей
технологии, искусства и спорта
Протокол № 4 от 08.04 2024г.
Руководитель: Максимова Н. А. Максимова

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 00 от 10.04 2024г.
Директор школы:
Селукова В.Е. Селукова



ПРИНЯТО
на заседании методического
объединения учителей
технологии, искусства и спорта
Протокол № 4 от 08.04 2024г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»
для детей 9-11 лет

Срок реализации: 5 месяцев

Составитель: Сабурова Надежда Петровна,
педагог дополнительного образования

Кулига, 2024

Раздел №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» реализуется в рамках деятельности школьного спортивного клуба и разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 №629 «об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «об утверждении санитарных правил и норм Санпин 1.2.3685-21 «гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р)
7. Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике.
8. Распоряжение Правительства УР от 01.08.2022г. № 842-р «Об утверждении плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года»
9. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 24 ноября 2020 года №3081-р
10. Концепция развития детско-юношеского спорта в РФ до 2030 года утвержденная распоряжением Правительства РФ от 28 декабря 2021 года № 3894-р
11. Письмо Министерства образования и науки РФ «об утверждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» от 21.03.2008 № ЮА-02-07/912 (дополнение к Методическим рекомендациям по организации деятельности спортивных школ по организации и деятельности спортивных школ РФ от 12.12.2006 г № СК 02-10/3685
12. Устав МБОУ «Кулигинская СОШ»
13. Локальный акт учреждения «положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе»
14. Локальный акт учреждения «Положение о школьном спортивном клубе»

Направленность.

Программа физкультурно-спортивной направленности.

Уровень программы. Уровень программы ознакомительный

Актуальность программы. Программа актуальна для нашего образовательного учреждения, так как опирается на социальный заказ родителей и учащихся, а так же муниципалитета, так как ежегодно в России проходят соревнования «КЭС-баскет», эти соревнования проводятся на муниципальном, региональном и федеральном уровнях. Наша команда представляет Кезский район на региональном уровне.

Отличительные особенности программы.

При разработке программы были рассмотрены несколько программ: «Баскетбол», автор программы Иванов М.В; «Баскетбол» автор Ермаков А.А.. Из выше указанных программ взят материал учебного плана и некоторые аспекты нормативных данных, несколько вопросов для тестирования учащихся.

Новизна. Ежегодно в России проходят соревнования по «стритболу», эти соревнования проводятся на муниципальном, региональном и федеральном уровнях. Наша команда представляет Кезский район на региональном уровне. Программа сочетает в себе не только основные приемы баскетбола, но и технические и тактические приемы игры «стритбол».

Педагогическая целесообразность. Данная программа педагогически целесообразна. Реализация программы позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей 9-11 лет. Группа формируются по желанию детей на основании заявлений законных представителей. А так же при наличии медицинской справки о состоянии здоровья ребёнка.

Практическая значимость для целевой группы. Практическая значимость программы по баскетболу состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующей укреплению здоровья.

Преимственность программы. Реализация данной программы определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе.

Объем программы. Количество часов 34 часа.

Срок освоения программы. Количество 17 недель.

Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса. Ведущими формами деятельности являются индивидуально-групповые и групповые. Форма организации - секция.

Форма обучения- очная.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раза в неделю, по 2 академических часа (академический час 40 минут)

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: создание благоприятных условий для раскрытия личностного потенциала ребёнка посредством игры в баскетбол.

Задачи программы:

Предметные: изучить технику и тактику игры баскетбол и «стритбол»

Личностные: содействовать воспитанию чувства ответственности, коллективизма, уважения к партнёру и сопернику

Метапредметные: формировать организаторские умения и навыки при игре в баскетбол.

1.3. Содержание программы.

Учебный план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		всего	теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	6	1	5	Опрос
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях баскетболом.	2	1	1	Опрос
1.2.	Психологическая подготовка баскетболиста	2	-	2	Опрос
1.3.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	2	-	2	Опрос
2.	Общая физическая подготовка	8	1	7	

2.1.	Изменение скорости движения, перемещения приставными шагами, бег спиной вперед.	2	-	1	Выполнение на результат
2.2.	Челночный бег 3 по 10 м. Выполнение прыжков через скакалку	2	-	2	Выполнение на результат
2.3.	Выполнение бега на 30 м. Преодоление полосы препятствий. Упражнения для развития быстроты, ловкости.	2	-	2	Выполнение на результат
2.4.	Прыжки через скакалку	2	-	2	Выполнение на результат
3.0	Специальная физическая подготовка	8	1	7	Выполнение на результат
3.1.	Бег 20 м с низкого старта. Бег с изменением направления. Упражнения для развития быстроты. Челночный бег приставными шагами. Удмуртские подвижные игры.	2	-	2	Выполнение на результат
3.2.	Упражнения для развития ловкости	2	-	2	Выполнение на результат
3.3.	Упражнения для развития быстроты. Удмуртские подвижные игры.	2	-	2	Выполнение на результат
3.4.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития ловкости. Имитационные движения кистью при передаче мяча	2	-	1	Выполнение на результат
4.	Техническая подготовка.	6	1	5	
4.1	Ведение мяча с разной скоростью и различным направлением.	2	-	1	Выполнение на результат
4.2	Броски мяча в корзину с разных точек расположения.	2	-	2	Выполнение на результат
4.3	Выполнение судейства игры баскетбол	2	-	2	Выполнение на результат
5.	Контрольные испытания.	2	1	1	Выполнение на результат
6.	Инструкторская и судейская практика.	2	1	1	Выполнение на результат
7.	Соревнования.	2	1	1	Выполнение судейства
	Итого часов	34	7	27	

Содержание учебного плана.

1. Теоретическая подготовка.

1. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях баскетболом.

Теория: техника безопасности на занятиях.

Практика: игра баскетбол

Форма контроля: тест

1.2. Психологическая подготовка баскетболиста

Теория: цели, задачи, психологическая готовность спортсмена.

Практика: подвижные игры на свежем воздухе.

Форма контроля: опрос

1.3. Организация и проведение соревнований по баскетболу

Теория: рассмотрение правил игры

Практика: составление положения о соревнованиях

Форма контроля: опрос.

2.Физическая подготовка

Общая физическая подготовка

2.1.Изменение скорости движения, перемещения приставными шагами, бег спиной вперед.

Практика: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях.

2.2.Челночный бег 3 по 10 м. Выполнение прыжков через скакалку

Практика: с разной скоростью; и выполнение в парах.

2.3.Выполнение бега на 30 м. Преодоление полосы препятствий. Упражнения для развития быстроты, ловкости.

Практика:бег на результат, преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

2.4.Выполнение прыжков через скакалку

Практика: выполнение за определенное время

3. Специальная физическая подготовка

3.1. Бег 20 м с низкого старта. Бег с изменением направления. Упражнения для развития быстроты. Челночный бег приставными шагами. Удмуртские подвижные игры.

Практика:с разной скоростью; в одном и в разных направлениях

3.2. Упражнения для развития ловкости

Практика: выполнение упражнений

3.3.Упражнения для развития быстроты. **Удмуртские подвижные игры (Вумурт-водяной, лудкеч-заяц)**

Практика: выполнение упражнений

3.4.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития ловкости. Имитационные движения кистью при передаче мяча

Практика: выполнение упражнений

4. Техническая подготовка

4.1. Ведение мяча с разной скоростью и различным направлением.

Практика: выполнение элементов

4.2.Броски мяча в корзину с разных точек расположения.

Практика: выполнение элементов

4.3.Выполнение судейства игры баскетбол

Практика: выполнение жестов судьи

5. Контрольные испытания

6.Инструкторская и судейская практика

7. Соревнования

Практика: выполнение всех полученных навыков и умений во время игры. Составить положение о проведении районных соревнований по баскетболу, составить смету на расходы.

1.3. Планируемые результаты.

Предметные: обучение технике и тактике игры баскетбол и «стритбол»

Личностные: создавать комфортную обстановку на занятиях, а также атмосферу доброжелательности и сотрудничества;

Метапредметные: формирование организаторских умений и навыков при игре в баскетбол.

Раздел № 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**2.1.Календарный учебный график**

№п/п	Месяц	Число	Номер темы	Кол-во часов	Место проведения	Контроль
1.	Январь	13.01-18.01.25	1.1	2	Спортивный зал	БК
2.	Январь	20.01-25.01.25	1.2	2	Спортивный зал	
3.	Январь	27.01-01.02.25	1.3	2	Спортивный зал	
4.	Февраль	03.02-08.02.25	2.1	2	Спортивный зал	
5.	Февраль	10.02-15.02.25	2.2	2	Спортивный зал	
6.	Февраль	17.02-22.02.25	2.3	2	Спортивный зал	
7.	Февраль	24.02-01.03.25	2.4	2	Спортивный зал	
8.	Март	03.03-08.03.25	3.1	2	Спортивный зал	
9.	Март	10.03-15.03.25	3.2	2	Спортивный зал	
10.	Март	17.03-22.03.25	3.3	2	Спортивный зал	
11.	Март	24.03-29.03.25	3.4	2	Спортивный зал	
12.	Апрель	31.03-05.04.25	4.1	2	Спортивный зал	ПА
13.	Апрель	07.04-12.04.25	4.2	2	Спортивный зал	
14.	Апрель	14.04-19.04.25	4.3	2	Спортивный зал	
15.	Май	21.04-26.04.25	5	2	Спортивный зал	
16.	Май	28.04-03.05.25	6	2	Спортивный зал	ИК
17.	Май	12.05-17.05.25	7	2	Спортивный зал	

2.2.Условия реализации программы

Кадровое обеспечение: специалист, отвечающий требованиям профессионального стандарта педагога дополнительного образования. Обладающий необходимыми компетенциями по профилю программы. Необходимо прохождение курсов повышения квалификации.

Материально-техническое обеспечение.

Примерный список инвентаря (на учебную группу)

Инвентарь	Материалы
-----------	-----------

Щиты с кольцами-2 Фишки для установления размеров площадки -10 Гимнастическая стенка-6 Гимнастическая скамейка-8 Скакалки-15 Мячи баскетбольные-20 Гантели различной массы-6 пар Насос ручной- 1	1.Материал для изготовления флажков 2.Материал для изготовления манишек
---	--

Информационные ресурсы: дидактические и учебные материалы, аудио, видео, записи спортивных игр.

2.3.Формы аттестации и контроля.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: текущий контроль проводится в конце каждой темы: выполнение нормативов на результат, товарищеские встречи, журнал посещаемости.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, участие в районных соревнованиях. Учебно-тренировочный цикл по каждому разделу программы завершается контрольными испытаниями по теории и практике пройденного материала.

2.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы - диагностика ЗУН по итогам года обучения, мониторинг личностного развития учащегося по нормативам. Тестовые задания. (Приложение№1).

Оценочные материалы

Раздел программы	Методы диагностики	Описание
Теоретическая подготовка	ВК (практика)	Сдача контрольных нормативов (Приложение 1).
	Объяснение	Правил игры баскетбола, жесты судей, техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми.
	Тест (теория)	Перечень вопросов для учащихся, на которые необходимо ответить, выбрав верный ответ по знанию теоретического материала.
	Имитация	Жестов судей.
Общая физическая подготовка	Объяснение	Правильного выполнения заданий
	Показ	Правильного выполнения упражнений
	Выполнение	Двигательных действий и пояснение ошибок при выполнении.
Специальная физическая подготовка	Объяснение	Правильного выполнения задания
	Объяснение	Правильного выполнения задания

	Выполнение	Двигательных действий и пояснение ошибок при выполнении.
Техническая подготовка	Объяснение	Правильного выполнения задания
	Показ	Правильного выполнения упражнений
	Имитация	Двигательных действий
	Выполнение	Двигательных действий и пояснение ошибок при выполнении.
Инструкторская и судейская практика	Имитация	Выполнение жестов и действий судьи во время учебной игры.
Контрольные нормативы	Выходной контроль	Сдача контрольных нормативов
Соревнования		Выполнение всех полученных навыков и умений во время игры.

2.5.Методические материалы

Методические особенности организации образовательного процесса.

Формы организации занятия: командная, малыми группами, индивидуальная.

Методы обучения:

Для повышения интереса занимающихся к занятиям спортивными играми и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

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

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный,

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

Методы стимулирования: соревнования.

Формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая и групповая.

Формы организации учебного занятия:

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, - работа по индивидуальным планам подготовки (обязательно на этапе спортивного совершенствования),
- тестирование,
- участие в соревнованиях,
- беседы, просмотр игр, соревнований,

Педагогические технологии: информационные технологии, информационно-коммуникационные технологии, здоровьесберегающие технологии, игровые технологии т.д.

Алгоритм учебного занятия: 1. Построение 2. Цель и задачи. 3. Вводная часть. Разминка 4. Основная часть 5. Заключительная часть. 6. Подведение итогов.

Дидактические материалы:

Раздаточный материал:

- Памятки инструкции по технике безопасности в спортивном зале;

Демонстрационный, наглядный, иллюстративный материал:

- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки с описанием комплексов упражнений;

Информационный материал:

- литература по основным разделам программы;
- журнальные подборки по темам программы;
- права и обязанности учащихся

Методические разработки.

- методические разработки к занятиям: комплекс упражнений на гибкость, упражнения на равновесие и координацию, упражнения на развитие ловкости
- рекомендации по проведению занятий

Дидактические и методические материалы

Разделы	Темы	Учебно-методические, наглядные, дидактические материалы, методические разработки, материально-техническое оснащение	Литература
Теоретическая подготовка	1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Использование карточек правилам игры. Использование карточек выполнению жестов судьи Учебно-методический комплект по баскетболу с методикой преподавания. Шумаров А.И. Екатеринбург, 2019	*Правила по спортивным играм https://multiurok.ru/files/metodicheskoe-posobie-organizatsiia-i-provedenijs.html *Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010.
	1.2.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях баскетболом.	*особенности подготовки баскетболиста https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=801144 *Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2009. – 92 с.

	1.3.	Психологическая подготовка баскетболиста	* http://www.sportfile.ru/basketbol/info/fizicheskaya-podgotovka-basketbolistov/ * Методы подготовки баскетболистов. Методический журнал. Современный баскетбол. Под редакцией Белаш В.В. г.Южный, октябрь, 2005 – 56 с.
	1.4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	*. Сидякин А.И., Гомельский Е.Я. Техника исполнения броска в прыжке. Методические рекомендации для детских тренеров по баскетболу. Москва, 2010.
Общая физическая подготовка	2.1.	Изменение скорости движения, перемещения приставными шагами, бег спиной вперед.	*Техника передвижения и остановок https://resh.edu.ru/ *Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –: Издательский центр «Академия».2008.
	2.2.	Челночный бег 3 по 10 м. Выполнение прыжков через скакалку	*методические рекомендации https://www.gto.ru/recomendations/56ead253b5cf1c2d018b456c
	2.3.	Выполнение бега на 30 м. Преодоление полосы препятствий. Упражнения для развития быстроты, ловкости.	*преодоление полосы препятствий https://resh.edu.ru/
	2.4.	Прыжки через скакалку	*методика выполнении упражнений на бревне https://otherreferats.allbest.ru/
Специальная физическая подготовка	3.1.	Бег 20 м с низкого старта. Бег с изменением направления. Упражнения для развития быстроты. Челночный бег приставными шагами.	*беговые упражнения из различных исходных положений https://resh.edu.ru/subject *БаррелПэе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.

	3.2.	Упражнения для развития ловкости	*челночный бег: техника, видео уроки https://zen.yandex.ru/ *Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов [Текст] / Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1999. С. 162 - 178
	3.3..	Упражнения для развития быстроты.	*упражнения для развития прыгучести https://175g.ru/wiki/Practice/Jump
	3.4.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития ловкости. Имитационные движения кистью при передаче мяча	*упражнения и средства для развития быстроты https://basketball-training.org.ua/
Техническая подготовка	4.1.	Ведение мяча с разной скоростью и различным направлением.	*стойки и передвижения баскетболиста https://resh.edu.ru/ *Грасис, А.М. Специальные упражнения баскетболистов [Текст] / А.М. Грасис - М.: Физкультура и спорт, 2002. - С. 145 - 146
	4.2.	Броски мяча в корзину с разных точек расположения.	* индивидуальные защитные действия https://infourok.ru/basketbol-tehnika-zaschiti-individualnie-zaschitnie-deystviya-igroka-1843526.html
	4.3.	Выполнение судейства игры баскетбол	*Ловля и передачи мяча https://infourok.ru/
Контрольные испытания.	5	Использование карточек по правилам игры. Использование карточек по выполнению жестов судьи. Учебно-методическое пособие «Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта» Поливаев А Москва 2010	*контрольные нормативы https://pandia.ru/text/80/268/76609.php
Инструкторская и судейская практика	6	Задания на карточке. Учебно-методическое пособие «Баскетбол - основы игры» Елистратов Е.Г. 2011	*Правила по спортивным играм https://multiurok.ru/files/metodicheskoe-posobie-organizatsiia-i-provedeniya.html *Официальные правила баскетбола

			ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010
Соревнования	7	Схемы расстановки игроков. Схемы расстановки защитников и нападающих. Учебно-методическое пособие «Библия баскетбола» Гомельский А.Я. Москва 2015	*соревнования по баскетболу https://nsportal.ru/shkola *ЖозеПископо. Упражнения для победы в баскетболе. Воронеж, 2006. * www.basket.ru - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола

2.6. Рабочая программа воспитания.

1. Характеристика объединения «Баскетбол». Деятельность объединения имеет физкультурно-спортивную направленность. Количество обучающихся объединения составляет 15 человек. Обучающиеся имеют возрастную категорию от 9-11 лет. Формы работы - индивидуальные и групповые.

2. Цель программы: создание благоприятных условий для физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы, направленной на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники баскетбола, привлечение детей к систематическим занятиям баскетболом.

Задачи воспитания: 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.

Результат воспитания: будет сформирована коммуникабельность в результате коллективных действий;

будут развиты положительные личностные качества (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям);

будет сформирована устойчивая потребность в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом. ЗОЖ.

3. Работа с коллективом обучающихся: укрепление здоровья средствами физической культуры; содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие быстроты, ловкости, гибкости; отбор детей, способных к занятию баскетболом и дальнейшее развитие их физических способностей; развитие навыков общения и коммуникации в детском коллективе.

Привитие интереса к систематическим занятиям баскетболом; формирование навыков соблюдения спортивной этики и дисциплины; воспитание гармоничной, социально активной личности.

4. Работа с родителями:

- круглый стол о пользе занятий баскетболом;

- тематические беседы с родителями о пользе питания юного баскетболиста;

-открытый показ «школа мяча»;

-фото-коллаж «наши успехи в спорте».

2.7. Календарный план воспитательной работы.

	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Товарищеская встреча между командами школы	Организация игр и их проведение	11.03.2025	
2	Товарищеская встреча по баскетболу между младшей и средней группой.	Привлечение в судействе учащихся среднего звена	28.03.2025	
3	Товарищеская встреча по баскетболу между учащимися Степаненской и Кулигинской школ.	Судейство младшей группой школьников	08.04.2025	

2.8.Список литературы.

Нормативная литература

Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2.Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 №629 «об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

3.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «об утверждении санитарных правил и норм Санпин 1.2.3685-21 «гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»

5.Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

6.Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г.№ 678-р)

7.Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике.

8.Распоряжение Правительства УР от 01.08.2022г. № 842-р «Об утверждении плана работы и целевых показаний по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года»

9.Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 24 ноября 2020 года №3081-р

10.Концепция развития детско-юношеского спорта в РФ до 2030 года утвержденная распоряжением Правительства РФ от 28 декабря 2021 года № 3894-р

11.Письмо Министерства образования и науки РФ «об утверждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» от 21.03.2008 № ЮА-02-07/912 (дополнение к Методическим рекомендациям по организации деятельности спортивных школ по организации и деятельности спортивных школ РФ от 12.12.2006 г № СК 02-10/3685

12.Устав МБОУ «Кулигинская СОШ»

13.Локальный акт учреждения «положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе»

Основная и дополнительная учебная литература

14. Гомельский, А. Я. Энциклопедия от Гомельского: энциклопедия / А.Я. Гомельский. – М.: Фаир-Пресс, 2010. – 352 с.
- 15.. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов / 2004
16. Международная Федерация Баскетбола, Российская Федерация Баскетбола Официальные правила баскетбола. – М.: СпортАкадемПресс, 2014. – 99 с. 12.
17. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских олимпийского резерва / Ю.М. Портнов, В.Г. Башкирова, В.Г. Луничкин [и д.р.] – М.: Советский спорт, 2004. – 100 с.

Электронные ресурсы.

1. Библиотека учебной информации. Методические указания по планированию спортивной тренировки по баскетболу для начинающих, <http://www.bibliotekar.ru> библиотека (дата последнего обращения 15.05.2020)
2. Персональный сайт Скиндера Александра Васильевича. На сайте очень много полезной информации по методике подготовки баскетболистов. <http://ballplay.narod.ru> (дата последнего обращения 15.05.2020)
3. Российская федерация баскетбола – Режим доступа: <http://russiabasket.ru/> 4 Скачивания видео с интернета <http://ru.savefrom.net/> (дата последнего обращения 15.05.2020)
4. Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры <http://www.uchportal.ru> Учительский портал.
5. Физическая культура <http://www.openclass.ru/sub/> (дата последнего обращения 15.05.2020)
6. Школьная баскетбольная лига <http://www.kes-basket.ru/>. (дата последнего обращения 15.05.2020)

Литература, рекомендуемая для детей.

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Спортэл. М. 2002г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007г.
3. Железняк Ю.Д. Спортивные и подвижные игры. - М.: ФиС, 2003
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.
6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999г.

Приложение №1

Итоговый контроль. Контрольные нормативы по ОФП (мальчики)

Название упражнений	Возраст		
	9 лет	10 лет	11 лет
Бег 30м (сек)	5,9	5,8	5.7
Бег 1000м (мин)	5.55	5.40	5.35
Челноч. бег 10х5м (сек)	19,5	19,2	19.0

Пр. в длину с места (см)	150	160	170
Метание мяча (м)	20	22	24
Подтягивание в висе (кол-во раз)	4	5	7
Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз)	17	18	20
Наклон вперёд из положения сидя (см)	8	9	10

Итоговый контроль. Контрольные нормативы (девочки)

Название упражнений	Возраст		
	9 лет	10 лет	11 лет
Бег 30м (сек)	6,2	6,1	6.0
Бег 1000м (мин)	6.20	6.10	6.00
Челноч. бег 10х5м (сек)	20,0	19,8	18.0
Пр. в длину с места (см)	135	140	150
Метание мяча (м)	18	20	22
Вис (сек)	10	12	13
Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз)	13	14	15
Наклон вперёд из положения сидя (см)	9	10	11

Входной контроль для учащихся по баскетболу.

1. В каком году баскетбол возник, как спортивная игра?

- 1) 1861г.
- 2) 1891г.
- 3) 1824г.
- 4) 1904г.

2. В какой стране изобрели баскетбол?

- 1) США
- 2) Испания
- 3) Англия
- 4) Россия

3. Кто изобрел баскетбол?

- 1) Джон Вуден
- 2) Джеймс Нейсмит
- 3) Тед Тернер
- 4) БетрЛесгадт

4. Сколько игроков обеих команд одновременно участвуют в игре?

- 1) 8 игроков
- 2) 6 игроков
- 3) 5 игроков

4) 10 игроков

5. Назовите размеры баскетбольной площадки

1) 9 x 18 м

2) 10 x 15 м

3) 20 x 40 м

4) 26 x 14 м

6. Чему равен вес баскетбольного мяча?

1) 300 - 400 г

2) 480 - 520 г

3) 1 кг - 1кг 200г

4) 600г - 650г

7. Высота баскетбольного кольца равна:

1) 2 м 50 см

2) 3 м 50 см

3) 4 м

4) 3 м 5 см

8. С какого номера и по какой номер должны иметь игроки баскетбольной команды на майке?

1) с 4 по 15

2) с 1 по 12

3) с 1 по неограниченно

4) с 5 по 20

9. Сколько судей проводят игру на поле?

1) 1

2) 2

3) 3

4) 4

10. Что такое "фол"?

1) перерыв в игре

2) персональное замечание игроку или тренеру

3) заброшенный мяч с игры

4) заброшенный мяч со штрафного броска

11. Сколько длится баскетбольный матч?

1) 2 тайма по 20 мин.

2) 2 тайма по 30 мин.

3) четыре четверти по 15 мин.

4) четыре тайма по 10 мин.

12. Сколько очков получает команда за заброшенный мяч с игры?

1) 1 очко

2) 2 очка

3) 3 очка

4) пол очка

13. Может ли в игре быть ничейный счет?

1) да

2) нет

3) может быть в финальной части турнира

4) может быть в предварительной части турнира

14. Сколько шагов может сделать игрок с мячом в руках?

1) один

2) два

3) три

4) четыре

15. Что такое "тайм-аут"?

1) минутный перерыв в игре

2) окончание игры

- 3) замена игроков
- 4) штрафной бросок

16. Сколько “тайм-аутов” может быть у одной команды в игре?

- 1) 2 в одном тайме
- 2) 2 в игре
- 3) 4 в одном тайме
- 4) неограниченное количество

17. Что такое “прессинг”?

- 1) вид замены игроков в игре
- 2) вид личной активной защиты
- 3) вид попадания на кольцо
- 4) вид быстрого прорыва

18) Что такое правило “трех секунд”?

- 1) время выбрасывания мяча из-за линии площадки
- 2) время для исполнения штрафного броска
- 3) время нахождения игрока нападающей команды в трехсекундной зоне соперников
- 4) время для замены игроков

19. Сколько очков получает команда, забросившая мяч в кольцо с дистанции далее 6 метров?

- 1) одно
- 2) два
- 3) три
- 4) четыре

20. Сколько фолов может получить игрок за одну игру?

- 1) один
- 2) два
- 3) пять
- 4) десять