

МКУ «Управление Алькеевского МР РТ
Муниципальная бюджетная организация дополнительного образования «Дом детского
творчества» Алькеевского муниципального района

Рассмотрено на педагогическом совете
Протокол № 1 от 29 августа 2023г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол Лидер»
Возраст обучающихся 10-15 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Ирдинкин Д.А.
Педагог дополнительного образования

с. Базарные Матаки 2022г.

Информационная карта образовательной программы

| | | |
|-------------|---|--|
| 1. | Образовательная организация | "Дом детского творчества" Алькеевского муниципального района РТ |
| 2. | Полное название программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Баскетбол Лидер" |
| 3. | Направленность программы | социально-педагогическая |
| 4. | Сведения о разработчиках | |
| 4.1. | ФИО, должность | Ирдинкин Д.А., педагог дополнительного образования |
| 5. | Сведения о программе: | |
| 5.1. | Срок реализации | 3 года обучения |
| 5.2. | Возраст обучающихся | 9-15 лет |
| 5.3. | Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса | дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая модифицированная - |
| 5.4. | Цель программы | Создание условий для обеспечения учащимся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов, содействие укреплению здоровья, моральных и волевых качеств занимающихся. |
| 5.5. | Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы) | - |
| 6. | Формы и методы образовательной деятельности | Формы: учебное, практическое занятие, занятие презентаций, самостоятельная работа, творческая работа, выставка, открытое занятие. Методы: словесные, практические, наглядные, контроль и самоконтроль, стимулирования и мотивации, инструктивно-репродуктивный, наблюдения |
| 7. | Формы мониторинга результативности | Тестирование, самостоятельная работа, контрольная работа, устный опрос, устный зачет, защита проекта, фронтальный опрос, защита проекта |
| 8. | Результативность реализации программы | По окончании курса обучения, программа должна быть усвоена: -эффективный уровень- - оптимальный уровень- Сохранность контингента-100% Участие в конкурсах, фестивалях- Наличие призеров и победителей в конкурсах: - республиканский уровень- - муниципальный уровень- - учрежденческий уровень- |
| 9. | Дата утверждения и последней корректировки программы | 1.09.2019 |
| 10. | Рецензенты | |

Пояснительная записка.

Физическое воспитание в учреждениях общего образования (школа, гимназия, лицей) является неотъемлемой частью учебно-педагогического процесса, рационально содействуя воспитанию здоровых, физически развитых, социально активных личностей.

Актуальность Баскетбол – игра коллективная, успех которой зависит от слаженности действий и взаимопонимания игроков, что достигается за счет подчинения собственных интересов интересам команды. Таким образом, детско-юношеский баскетбол формирует у обучающегося умения и навыки оптимального участия в коллективной работе.

Регулярные занятия детей и подростков баскетболом – активная форма подготовки к требованиям социально-трудовой жизни современного общества.

Педагогическая целесообразность

Программа по баскетболу для учащихся способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности

Направленность программы: Физкультурно-спортивная - по основному содержанию и направлению деятельности

Тип программы – модифицированная, комбинированная составлена с учетом современных требований и с опорой на нормативные источники:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. №996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025года».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 196 от 9.11..2018 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ МОиН РТ №1465/14 от 25 марта 2014г. «Об утверждении Модельного стандарта качества муниципальной услуг по организации предоставления дополнительного образования детей в многопрофильных организациях дополнительного образования в новой редакции.;
6. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПин 2.4.4.3172-14, утвержденные Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г.;
7. Методические рекомендации по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ- МОиН РТ РЦВР РТ - Казань-2017г Устав, учебный план МБО ДО ДДТ.

Новизна программы:

- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;
- привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

Отличительная особенность программы

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 воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней

Цель: Создание условий для обеспечения учащимся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов, содействие укреплению здоровья, моральных и волевых качеств занимающихся.

Задачи программы:

Обучающие

- Содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детского организма;
- Приобретение учащимися необходимых теоретических знаний;
- Овладение юными баскетболистами основными приемами техники и тактики игры

Развивающие:

- Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию;
- Формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;
- Укрепление опорно – двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости;
- Привитие учащимся организаторских навыков

Воспитывающие:

- Воспитание у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, ответственности, навыков культурного поведения, чувства дружбы;
- Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом

Возраст детей, участвующих в реализации программы.

Программа рассчитана на учащихся 5-8 классов, с учетом возрастных и психологических особенностей этого возраста, который принято считать подростковым. В этом возрасте дети очень активны и стремятся узнавать что-то новое. Наполняемость в группах составляет в 1-й -15 человек, 2-й год обучения - 12 человек, 3-й год обучения – 10 человек. Принимаются все желающие без какой-либо подготовки. Желающие записаться в группу должны получить разрешение врача.

Сроки и этапы реализации программы: программа рассчитана на 3 года:

- 1-й год обучения – 144 часа;
- 2-й год обучения – 216 часов;
- 3-й год обучения – 216 часов.

Формы занятий: Словесные: беседа, объяснение;

В работе с группами обязательным является дифференцированный подход к определению содержания, объема и интенсивности физических упражнений в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей и физической подготовленности занимающихся.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки).

На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Режим занятий: 1-й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа;

- 2-й год обучения 3 раза в неделю по 2 часа,
- 3-й год обучения 3 раза в неделю по 2 часа.

Ожидаемые результаты реализации программы и способы их проверки.

В результате освоения содержания программного материала «Баскетбол » обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития спортивно-оздоровительной деятельности.

Учащиеся могут знать:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Учащиеся могут уметь

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;

- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;
- выбирать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

Формы подведения итогов реализации программы - участие в районных, республиканских соревнованиях по баскетболу, выполнение нормативов.

Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

1. бег на короткие дистанции (30,60м);
2. бег на длинные дистанции (800- 1000м.);
3. сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
4. подтягивание на высокой перекладине;
5. поднимание туловища за 1 мин.

Результативность освоения детьми данной программы определяется с помощью использования разнообразных способов проверки:

Нормативные требования по ОФП и СФП

Контрольные упражнения

| Возраст/пол | Виды упр. | Оценка 5-4-3 | | |
|-------------|-----------------------------|--------------|-----------|-----------|
| 12 лет(м) | Бег 60 м (с) | 8,6 | 9,3 | 10.0 |
| 12 лет(ж) | Бег 60 м (с) | 9.7 | 10.1 | 10.5 |
| (м) | Челночный бег 6x10 м (с) | 16.2 | 17.2 | 18.2 |
| (ж) | | 17.7 | 18.9 | 20.1 |
| (м) | Прыжок в длину с места (см) | 205 | 190 | 175 |
| (ж) | | 175 | 165 | 155 |
| (м) | прыжок вверх с места (см) | 34-38 | 36 и выше | 39 и выше |
| (ж) | | 25-30 | 28-33 | 34-38 |

Учебно-тематический план 1 год обучения

| № п/п | Содержание занятий | Количество | | | Форма аттестации/ контроля |
|----------|--|------------|--------|----------|----------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Развитие баскетбола в России | 2 | 2 | 0 | Устный опрос |
| 2. | Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях | 2 | 2 | 0 | Зачет |
| 3. | Общая и специальная физическая подготовка | 60 | 1 | 59 | Зачет |
| 4. | Основы техники и тактики игры | 60 | 1 | 59 | Тест |
| 5. | Контрольные игры и соревнования | 10 | 1 | 9 | соревнования |
| 6. | Тестирование | 10 | 0 | 10 | тест |
| Итого: | | 144 | 6 | 138 | |

Учебно-тематический план 2 год обучения

| № п/п | Содержание занятий | Количество | | | Форма аттестации и контроля |
|----------|---|------------|----------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Всего | Теоретич. сведен. | Практические занят. | |
| 1. | Развитие баскетбола в России | 2 | 2 | 0 | Устный опрос |
| 2. | Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях | 2 | 2 | 0 | Зачет |
| 3. | Общая и специальная физическая подготовка | 98 | 3 | 95 | Зачет |
| 4. | Основы техники и тактики игры | 90 | 3 | 87 | Тест |
| 5. | Контрольные игры и соревнования | 12 | 1 | 11 | соревнования |
| 6. | Тестирование | 12 | 0 | 10 | тест |
| Итого: | | 216 | 11 | 205 | |

Учебно-тематический план 3 год обучения

| № п/п | Содержание занятий | Количество | | | Форма аттестации и контроля |
|--------|---|------------|----------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Всего | Теоретич. сведен. | Практические занят. | |
| 1. | Развитие баскетбола в России | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 2. | Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях | 1 | 1 | 0 | зачет |
| 3. | Организация и проведение соревнований | 2 | 2 | 0 | соревнования |
| 4. | Общая и специальная физическая подготовка | 98 | 0 | 98 | зачет |
| 5. | Техника и тактика игры | 90 | 0 | 90 | зачет |
| 6. | Контрольные игры и соревнования | 12 | 0 | 12 | зачет |
| 7. | Тестирование | 12 | 0 | 12 | тест |
| Итого: | | 216 | 4 | 212 | |

Содержание программы 1 год обучения

Развитие баскетбола в России:

Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические сведения.

Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

Гигиена места занятий.

Значение разминки. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

Общая и специальная физическая подготовка.

Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

Парные и групповые упражнения: сопротивление, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивания, смешанные висы и упоры, обороты и соскоки.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках. Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м.

Ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Подвижные игры. “Салки спиной к щиту”, “Вызов номеров”, “Слушай сигнал”, “круговая охота”, “бегуны”, “переправа”, “кто сильнее”, “бейсбол”.

Техника и тактика игры.

Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

Техника нападения. 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.

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

Тактика нападения. Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему. ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

Контрольные игры и соревнования. Правила соревнований. положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результатов соревнований.

Практические занятия. Учебно-тренировочные игры. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

Содержание программы 2 года обучения

Развитие баскетбола в России:

Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические сведения.

Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

Гигиена места занятий.

Значение разминки. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

Общая и специальная физическая подготовка.

Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

Парные и групповые упражнения: сопротивление, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивания, смешанные висы и упоры, обороты и соскоки.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках. Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м.

Ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Подвижные игры. “Салки спиной к щиту”, “Вызов номеров”, “Слушай сигнал”, “круговая охота”, “бегуны”, “переправа”, “кто сильнее”, “бейсбол”.

Техника и тактика игры.

Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

Техника нападения. 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.

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

Тактика нападения. Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

Контрольные игры и соревнования. Правила соревнований. положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результатов соревнований.

Практические занятия. Учебно-тренировочные игры. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

Содержание программы 3 года обучения

Развитие баскетбола в России.

Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические знания и меры безопасности на занятиях.

Врачебный контроль, предупреждение травм и переутомления. Первая помощь при травмах. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

Организация и проведение соревнований.

Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Составление таблиц. Подготовка мест соревнований. Роль и обязанности судейского аппарата.

Общая и специальная физическая подготовка.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на голове.

Бег. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости.

Спортивные игры. Волейбол, футбол, бадминтон, хоккей, бейсбол.

Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног. Имитационные движения кистью и руками на передачу, бросок. Ловля и передача малых набивных, теннисных мячей.

Техника и тактика игры.

Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Характеристика стремительного и позиционного нападения в зоне защиты.

Техника нападения. Сочетания изученных приемов перемещения. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие и средние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Броски изученными ранее способами со средних дистанций. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски.

Техника защиты. Накрывание мяча при броске с места. Овладение мячом, отскочившим от кольца.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: финты с мячом “на ведение”, “на передачу”, “на бросок” с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник), взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников. Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Командные действия: прессинг.

Контрольные игры и соревнования. Соревнования по баскетболу. Сдача тестов.

6. Методическое, дидактическое и материально – техническое обеспечение реализации программы: Основная форма организации учебного процесса – внеклассное занятие или соревнования

Дидактические материалы: Наглядные пособия, раздаточный материал;

Материально техническое обеспечение.

Помещение – спортзал, спортивный инвентарь

1.Щиты с кольцами -1 комплект.

2.стойки для обводки – 4шт.

3.Гимнастические скамейки – 2 шт.

4.Гимнастическая стенка -3 пролета.

5.Гимнастические маты – 3 шт.

6.Скакалки – 10 шт.

7. мячи набивные – 2 шт.

8.Гантели – 4 шт.

9.мячи баскетбольные – 12 шт

7. Кадровое обеспечение: занятия по дополнительной общеобразовательной программе: «Баскетбол «Лидер» ведет специалист с высшим образованием Ирдинкин Д.А., стаж пед.работы 3 года. По образованию – учитель физической культуры, БЖ. КФУ, 2019г.

8.Формы аттестации/контроля

Контроль знаний проводится в виде зачета, который может включать в себя : тестирования, практические задания, защиты творческих работ.

| Виды аттестации | Формы оценки результативности | Срок проведения |
|--|---|---|
| Промежуточная аттестация | Диагностика уровня ключевых, мета предметных и предметных компетенций учащихся. Формы- зачет (тестирование, практическая работа) | Декабрь, май (кроме последнего года освоения программы) |
| Аттестация обучающихся по завершению освоения программы | Оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной программе Формы – зачет (тестирование, практическая работа) | Май последнего учебного года освоения программы |

Для отслеживания результатов реализации программы применяются различные методы: анкеты, тесты, выставки, защиты творческих работ и т.д.

Так же проводится педагогическое наблюдение. Каждый ребенок в течение календарного года принимает участие в конкурсах, выставках различного уровня, начиная от участия в выставках объединения и заканчивая районными, региональными и всероссийскими конкурсами.

Педагогический контроль:

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования (сентябрь-октябрь)

- промежуточный контроль (за уровнем освоения основных умений и навыков) проводится один раз в полугодие в форме тестирования (декабрь)

- итоговый контроль, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний (апрель-май).

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения в течение всего учебного года.

Принципы обучения: 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 учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера

Методы обучения

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.

- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный

Формы обучения: Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Кадровое обеспечение: Педагоги, организующие образовательный процесс по данной программе должны иметь высшее или среднее профессиональное образование.

9. Используемая литература

Для педагога:

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
3. Байгулов Ю. П.; Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, №3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.
5. Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. Старажиле А. А. Делай характер смолоду. - Спортивные игры, 1970, №11.

Интернет ресурсы; Все о спорте и спортсменах / blog.sportmaster.ru

Для родителей и детей:

1. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
2. Старажиле А. А. Делай характер смолоду. - Спортивные игры, 1970, №11.
3. Секреты баскетбола С.А.Белов «Физкультура и спорт» 1982г.
4. Мяч летит в кольцо Е.Р.Яхонтов Лениздат 1984 г.

Интернет ресурсы Спорт для здоровья / blog.sportmaster.ru

10. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)

Календарный учебный график первого года обучения

| № п/п | Форма занятия | Кол. часов | Тема | Место проведения | Форма контроля |
|-------|---------------|------------|---|------------------|----------------|
| 1-2 | теория | 2 | Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП | Спортзал | |
| 3 -4 | практика | 2 | История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног. | Спортзал | |
| 5 -6 | Комбин. | 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Спортзал | |
| 7 -8 | практика | 2 | Передача мяча двумя руками от груди. | Спортзал | |
| 9 -10 | Комбин. | 2 | Техника передвижения при нападении | Спортзал | |
| 11-12 | практика | 2 | Способы ловли мяча. | Спортзал | |
| 13-14 | практика | 2 | Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от | Спортзал | |

| | | | | | |
|-------|-----------|---|---|----------|--|
| | | | направления и силы полета мяча. | | |
| 15-16 | практика | 2 | Бросок мяча двумя руками от груди. | Спортзал | |
| 17-18 | практика | 2 | Физическая подготовка юного спортсмена. СФП | Спортзал | |
| 19-20 | практика | 2 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спортзал | |
| 21-22 | практика | 2 | Техника ведения мяча. | Спортзал | |
| 23-24 | Комбин. | 2 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спортзал | |
| 25-26 | Комбин. | 2 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спортзал | |
| 27-28 | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 29-30 | Комбин. | 2 | Ловля двумя руками «низкого мяча». | Спортзал | |
| 31-32 | практика | 2 | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спортзал | |
| 33-34 | Комбин. | 2 | Закаливание организма спортсмена. Учебная игра. | Спортзал | |
| 35-36 | практика | 2 | Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 37-38 | практика | 2 | Командные действия в нападении. | Спортзал | |
| 39-40 | теория | 2 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спортзал | |
| 41-42 | Комбин. | 2 | Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП | Спортзал | |
| 43-44 | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 45-46 | практика | 2 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП | Спортзал | |
| 47-48 | Комбин. | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП | Спортзал | |
| 49-50 | практика | 2 | Командные действия в нападении. | Спортзал | |
| 51-52 | Комбин. | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спортзал | |
| 53-54 | теория | 2 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Спортзал | |
| 55-56 | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 57-58 | теория | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки | Спортзал | |
| 59-60 | практика | 2 | Индивидуальные действия при нападении. | Спортзал | |
| 61-62 | Комбин. | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП | Спортзал | |
| 63-64 | практика | 2 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 65-66 | практика | 2 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Спортзал | |
| 67-68 | практика. | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. | Спортзал | |
| 69-70 | практика | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спортзал | |
| 71-72 | практика | 2 | Методы спортивной тренировки. ОФП. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|----------|---|--|----------|--|
| 73-74 | теория | 2 | Совершенствование техники передачи мяча. | Спортзал | |
| 75-76 | теория | 2 | Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 77-78 | теория | 2 | Совершенствование техники передачи мяча. | Спортзал | |
| 79-80 | практика | 2 | Техническая подготовка юного спортсмена. | Спортзал | |
| 81-82 | теория | 2 | Тактика защиты. | Спортзал | |
| 83-84 | практика | 2 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. | Спортзал | |
| 85-86 | практика | 2 | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Спортзал | |
| 87-88 | практика | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. | Спортзал | |
| 89-90 | теория | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спортзал | |
| 91-92 | практика | 2 | Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. | Спортзал | |
| 93-94 | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 95-96 | практика | 2 | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Спортзал | |
| 97-98 | практика | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спортзал | |
| 99-100 | практика | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спортзал | |
| 101-102 | практика | 2 | Переключение от действий в нападении к действиям в защите. | Спортзал | |
| 103-104 | практика | 2 | Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. | Спортзал | |
| 105-106 | теория | 2 | Задачные стойки. | Спортзал | |
| 107-108 | практика | 2 | Задачные передвижения. | Спортзал | |
| 109-110 | теория | 2 | Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Спортзал | |
| 111-112 | теория | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. | Спортзал | |
| 113-114 | практика | 2 | Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов. | Спортзал | |
| 115-116 | теория | 2 | Ведение мяча с изменением высоты отскока. | Спортзал | |
| 117-118 | практика | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спортзал | |
| 119-120 | теория | 2 | Организация командных действий. | Спортзал | |
| 121-122 | теория | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. | Спортзал | |
| 123-124 | практика | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. | Спортзал | |
| 125-126 | теория | 2 | Техника овладения мячом. | Спортзал | |
| 127- | теория | 2 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|----------|-----|---|----------|--|
| 128 | | | | | |
| 129-130 | практика | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 131-132 | практика | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 133-134 | теория | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спортзал | |
| 135-136 | практика | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 137-138 | практика | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 139-140 | теория | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 141-142 | практика | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 143-144 | практика | 2 | Итоги года. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| | | 144 | итого | | |

10. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)
Календарный учебный график второго года обучения

| № п/п | Форма занятия | Кол. часов | Тема | Место проведен ия | Форма контроля |
|----------|------------------|---------------|---|-------------------------|-------------------|
| 1-2 | | 2 | Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП | Спортзал | |
| 3 -4 | | 2 | Техника передвижения при нападении. | Спортзал | |
| 5 -6 | | 2 | Тактика нападения. | Спортзал | |
| 7 -8 | | 2 | Индивидуальные действия без мяча. | Спортзал | |
| 9 -10 | | 2 | Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 11-12 | | 2 | Учебная игра. ОФП | Спортзал | |
| 13-14 | | 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Спортзал | |
| 15-16 | | 2 | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | Спортзал | |
| 17-18 | | 2 | Индивидуальные действия при нападении. | Спортзал | |
| 19-20 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 21-22 | | 2 | Единая спортивная классификация. ОФП | Спортзал | |
| 23-24 | | 2 | Прыжки толчком с двух ног. | Спортзал | |
| 25-26 | | 2 | Специальная физическая подготовка. | Спортзал | |
| 27-28 | | 2 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спортзал | |
| 29-30 | | 2 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спортзал | |
| 31-32 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 33-34 | | 2 | Личная и общественная гигиена. ОФП | Спортзал | |
| 35-36 | | 2 | Передача мяча двумя руками от груди. СФП | Спортзал | |
| 37-38 | | 2 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спортзал | |
| 39-40 | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спортзал | |
| 41-42 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 43-44 | | 2 | Закаливание организма спортсмена. ОФП | Спортзал | |
| 45-46 | | 2 | Бросок мяча двумя руками от груди. СФП | Спортзал | |
| 47-48 | | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спортзал | |
| 49-50 | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 51-52 | | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спортзал | |
| 53-54 | | 2 | Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 55-56 | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спортзал | |
| 57-58 | | 2 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спортзал | |

| | | | | |
|---------|---|---|----------|--|
| 59-60 | 2 | Командные действия в нападении. | Спортзал | |
| 61-62 | 2 | Многократное выполнение технических приемов. | Спортзал | |
| 63-64 | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спортзал | |
| 65-66 | 2 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спортзал | |
| 67-68 | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спортзал | |
| 69-70 | 2 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Спортзал | |
| 71-72 | 2 | СФП | Спортзал | |
| 73-74 | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. | Спортзал | |
| 75-76 | 2 | ОФП | Спортзал | |
| 77-78 | 2 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 79-80 | 2 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Спортзал | |
| 81-82 | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. | Спортзал | |
| 83-84 | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП | Спортзал | |
| 85-86 | 2 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра. | Спортзал | |
| 87-88 | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | Спортзал | |
| 89-90 | 2 | Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия. | Спортзал | |
| 91-92 | 2 | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Спортзал | |
| 93-94 | 2 | Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра. | Спортзал | |
| 95-96 | 2 | Методы спортивной тренировки. ОФП | Спортзал | |
| 97-98 | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП | Спортзал | |
| 99-100 | 2 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спортзал | |
| 101-102 | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | Спортзал | |
| 103-104 | 2 | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|--|---|--|----------|--|
| | | | технических приемов. | | |
| 105-106 | | 2 | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | Спортзал | |
| 107-108 | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спортзал | |
| 109-110 | | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра. | Спортзал | |
| 111-112 | | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спортзал | |
| 113-114 | | 2 | Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. | Спортзал | |
| 115-116 | | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. | Спортзал | |
| 117-118 | | 2 | Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | Спортзал | |
| 119-120 | | 2 | Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра. | Спортзал | |
| 121-122 | | 2 | Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. | Спортзал | |
| 123-124 | | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спортзал | |
| 125-126 | | 2 | Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП | Спортзал | |
| 127-128 | | 2 | История развития баскетбола. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 129-130 | | 2 | Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | Спортзал | |
| 131-132 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 133-134 | | 2 | Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. | Спортзал | |
| 135-136 | | 2 | История развития баскетбола. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 137-138 | | 2 | Учебная игра. ОФП | Спортзал | |
| 139-140 | | 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Спортзал | |
| 141-142 | | 2 | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | Спортзал | |
| 143-144 | | 2 | Индивидуальные действия при нападении. | Спортзал | |
| 145-146 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 147-148 | | 2 | Единая спортивная классификация. ОФП | Спортзал | |
| 149-150 | | 2 | Прыжки толчком с двух ног. | Спортзал | |
| 151-152 | | 2 | Специальная физическая подготовка. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|--|---|---|----------|--|
| 153-154 | | 2 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спортзал | |
| 155-156 | | 2 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спортзал | |
| 157-158 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 159-160 | | 2 | Личная и общественная гигиена. ОФП | Спортзал | |
| 161-162 | | 2 | Передача мяча двумя руками от груди. СФП | Спортзал | |
| 163-164 | | 2 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спортзал | |
| 165-166 | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спортзал | |
| 167-168 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 169-170 | | 2 | Закаливание организма спортсмена. ОФП | Спортзал | |
| 171-172 | | 2 | Бросок мяча двумя руками от груди. СФП | Спортзал | |
| 173-174 | | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спортзал | |
| 175-176 | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 177-178 | | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спортзал | |
| 179-180 | | 2 | Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 181-182 | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спортзал | |
| 183-184 | | 2 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спортзал | |
| 185-186 | | 2 | Командные действия в нападении. | Спортзал | |
| 187-188 | | 2 | Многократное выполнение технических приемов. | Спортзал | |
| 189-190 | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спортзал | |
| 191-192 | | 2 | Ведение мяча с изменением высоты отскока. | Спортзал | |
| 193-194 | | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спортзал | |
| 195-196 | | 2 | Организация командных действий. | Спортзал | |
| 197-198 | | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. | Спортзал | |
| 199-200 | | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. | Спортзал | |
| 201- | | 2 | Техника владения мячом. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|--|-----|---|----------|--|
| 202 | | | | | |
| 203-204 | | 2 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 205-206 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 207-208 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 209-210 | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 211-212 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 213-214 | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 215-216 | | 2 | Итоги года. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| | | 216 | | | |

10. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)

Календарный учебный график третьего года обучения

| №п/п | Форма занятия | Кол. часов | Тема | Место проведения | Форма контроля |
|-------|---------------|------------|--|------------------|----------------|
| 1-2 | | 2 | Единая спортивная классификация. ОФП | Спортзал | |
| 3 -4 | | 2 | Совершенствование техники передвижения при нападении. | Спортзал | |
| 5 -6 | | 2 | Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. | Спортзал | |
| 7 -8 | | 2 | Контрольные испытания. Учебная игра. | Спортзал | |
| 9 -10 | | 2 | Костно-мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами. | Спортзал | |
| 11-12 | | 2 | Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. | Спортзал | |
| 13-14 | | 2 | Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра. | Спортзал | |
| 15-16 | | 2 | Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП | Спортзал | |
| 17-18 | | 2 | Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка. | Спортзал | |
| 19-20 | | 2 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спортзал | |
| 21-22 | | 2 | Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра. | Спортзал | |
| 23-24 | | 2 | Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. | Спортзал | |
| 25-26 | | 2 | Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». | Спортзал | |

| | | | | | |
|-------|--|---|---|----------|--|
| 27-28 | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. | Спортзал | |
| 29-30 | | 2 | Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП | Спортзал | |
| 31-32 | | 2 | Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП | Спортзал | |
| 33-34 | | 2 | Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. | Спортзал | |
| 35-36 | | 2 | Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. | Спортзал | |
| 37-38 | | 2 | Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра | Спортзал | |
| 39-40 | | 2 | Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП | Спортзал | |
| 41-42 | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении. | Спортзал | |
| 43-44 | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика. | Спортзал | |
| 45-46 | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП | Спортзал | |
| 47-48 | | 2 | Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. | Спортзал | |
| 49-50 | | 2 | Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра. | Спортзал | |
| 51-52 | | 2 | Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП | Спортзал | |
| 53-54 | | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага. | Спортзал | |
| 55-56 | | 2 | Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. | Спортзал | |
| 57-58 | | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. | Спортзал | |
| 59-60 | | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча. | Спортзал | |
| 61-62 | | 2 | Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. | Спортзал | |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|----------|--|
| | | | Учебная игра. | | |
| 63-64 | | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | Спортзал | |
| 65-66 | | 2 | Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения. | Спортзал | |
| 67-68 | | 2 | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Спортзал | |
| 69-70 | | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спортзал | |
| 71-72 | | 2 | Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра. | Спортзал | |
| 73-74 | | 2 | Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча. | Спортзал | |
| 75-76 | | 2 | Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. | Спортзал | |
| 77-78 | | 2 | Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра. | Спортзал | |
| 79-80 | | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спортзал | |
| 81-82 | | 2 | Контрольные испытания. Учебная игра. | Спортзал | |
| 83-84 | | 2 | Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении. | Спортзал | |
| 85-86 | | 2 | Инструкторская и судейская практика. Учебная игра. | Спортзал | |
| 87-88 | | 2 | Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП | Спортзал | |
| 89-90 | | 2 | Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | Спортзал | |
| 91-92 | | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спортзал | |
| 93-94 | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спортзал | |
| 95-96 | | 2 | Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях. | Спортзал | |
| 97-98 | | 2 | Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|--|---|---|----------|--|
| 99-100 | | 2 | Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спортзал | |
| 101-102 | | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. | Спортзал | |
| 103-104 | | 2 | Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП | Спортзал | |
| 105-106 | | 2 | Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | Спортзал | |
| 107-108 | | 2 | Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами. | Спортзал | |
| 109-110 | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спортзал | |
| 111-112 | | 2 | Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра. | Спортзал | |
| 113-114 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 115-116 | | 2 | Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. | Спортзал | |
| 117-118 | | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спортзал | |
| 119-120 | | 2 | Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП | Спортзал | |
| 121-122 | | 2 | История развития баскетбола. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 123-124 | | 2 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча. | Спортзал | |
| 125-126 | | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спортзал | |
| 127-128 | | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спортзал | |
| 129-130 | | 2 | Совершенствование техники бросков мяча. | Спортзал | |
| 131-132 | | 2 | Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра. | Спортзал | |
| 133-134 | | 2 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча. | Спортзал | |
| 135-136 | | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 137-138 | | 2 | Совершенствование тактических действий в нападении и защите. | Спортзал | |
| 139-140 | | 2 | Переключения от действий в нападении к действиям в защите | Спортзал | |
| 141-142 | | 2 | Контрольные испытания. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|--|---|---|----------|--|
| 143-144 | | 2 | Итоги прошедшего спортивного года. Учебная игра. | Спортзал | |
| 145-146 | | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спортзал | |
| 147-148 | | 2 | Контрольные испытания. | Спортзал | |
| 149-150 | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спортзал | |
| 151-152 | | 2 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спортзал | |
| 153-154 | | 2 | Командные действия в нападении. | Спортзал | |
| 155-156 | | 2 | Многократное выполнение технических приемов. | Спортзал | |
| 157-158 | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спортзал | |
| 159-160 | | 2 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спортзал | |
| 161-162 | | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спортзал | |
| 163-164 | | 2 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Спортзал | |
| 165-166 | | 2 | СФП | Спортзал | |
| 167-168 | | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. | Спортзал | |
| 169-170 | | 2 | ОФП | Спортзал | |
| 171-172 | | 2 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 173-174 | | 2 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Спортзал | |
| 175-176 | | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. | Спортзал | |
| 177-178 | | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП | Спортзал | |
| 179-180 | | 2 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра. | Спортзал | |
| 181-182 | | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | Спортзал | |
| 183-184 | | 2 | Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия. | Спортзал | |
| 185-186 | | 2 | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Спортзал | |

| | | | | | |
|---------|--|-----|--|----------|--|
| 187-188 | | 2 | Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра. | Спортзал | |
| 189-190 | | 2 | Методы спортивной тренировки. ОФП | Спортзал | |
| 191-192 | | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП | Спортзал | |
| 193-194 | | 2 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спортзал | |
| 195-196 | | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | Спортзал | |
| 197-198 | | 2 | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов. | Спортзал | |
| 199-200 | | 2 | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | Спортзал | |
| 201-202 | | 2 | Техника овладения мячом. | Спортзал | |
| 203-204 | | 2 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 205-206 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 207-208 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 209-210 | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 211-212 | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 213-214 | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 215-216 | | 2 | Итоги года. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| | | 216 | | | |