подписано ЭП
Васильев Олег Петрович
E=vol.crfks@mari-el.gov.ru, C=RU, S=РМЭ, L=Волжск, O=МУ ДО ЦРФКС, CN=Васильев Олег Петрович
я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
место подписания
2026.08.26 18:32:14+03'00'

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ»
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД ВОЛЖСК»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
Г.ВОЛЖСКА РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МУ ДО «ЦРФКС»
Протокол от «26» августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУ ДО «ЦРФКС»
_____ О.П. Васильев
Приказ № 260801 о/д
от « 26 » августа 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «БАСКЕТБОЛ. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА 4-5 ГОД ОБУЧЕНИЯ»

ID программы: 9204
Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: базовый
Программа рассчитана на обучающихся с 11 лет
Срок реализации программы: 2 года
Объем за весь период обучения: 504 часа
Разработчики программы:
Русаков Артем Викторович, тренер-преподаватель отделения по баскетболу МУ ДО ЦРФКС»
Белоусова Ольга Юрьевна, методист МУ ДО «ЦРФКС»

г. Волжск

2026 год

РАЗДЕЛ 1.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол. Технико-тактическая подготовка 4- 5 год обучения» (далее по тексту - Программа) разработана как совокупность мер, планов, действий на основе следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 N 19 "Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Устав МУ ДО «ЦРФКС».

Баскетбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Одновременно баскетбол оказывает многостороннее влияние на развитие психологических процессов обучающегося (восприятие, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что создается необходимостью соблюдения правил и условий, игровых упражнений и самой игры, согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Актуальность данной программы в том, что она направлена не только на получение обучающимися образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Отличительная особенность программы

Отличительные особенности программы заключаются в том, что в Программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению отдельными элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей, которые можно реально использовать на занятиях во второй половине дня, на учебно-тренировочных занятиях в спортивной секции по баскетболу. Кроме того, обучающиеся могут использовать эти упражнения в самостоятельных занятиях.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу предназначена для обучающихся в возрасте с 11 лет.

При приеме на обучение по данной программе предъявляются требования выполнения контрольно-переводных нормативов, предъявляемых для лиц, прошедших обучение по программам 2, 3 года обучения.

На обучение по программе зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и не имеющие противопоказаний к занятиям баскетболом.

.***Нормативный срок освоения*** программы 2 года.

Форма обучения - очная.

Уровень программы – базовый

Особенности организации образовательного процесса

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия,
- тестирование и медицинский контроль,
- участие в соревнованиях, учебно-тренировочных сборах,
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия.

Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса.

При неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке для поддержания физической формы Программа реализуется с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Основными элементами обучения с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий являются:

- образовательные онлайн-платформы;
- цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах;
- видеоконференции;
- skype – общение;
- e-mail;
- облачные сервисы;
- электронные носители мультимедийных приложений к учебникам;
- электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

В обучении с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие организационные формы учебной деятельности:

- лекция;
- консультация;
- семинар;
- практическое занятие;
- мастер-классы;

- самостоятельная внеаудиторная работа.

Режим занятий

При составлении тематического плана учтен режим тренировочной работы в неделю с расчётом на 42 недели непосредственно в условиях учреждения дополнительного образования. Как правило, согласно учебному плану в неделю проводится 2 занятия по 3 часа. При составлении расписания тренировок продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах. Продолжительность одного академического часа – 45 минут, 10 минут – перерыв между учебными занятиями.

Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в учреждении начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Максимально допустимая нагрузка в учебные дни составляет не более трех академических часов, в выходные и каникулярные дни – не более четырех академических часов в день.

1.2. Цель и задачи программы

***Цель программы*:** обеспечение всесторонней физической и технико-тактической подготовки детей и подростков, отбор спортивно одаренных детей для подготовки баскетболистов высокого класса.

***Задачи*:**

Образовательные:

- совершенствовать технические элементы баскетбола;
- продолжить обучение приемам тактики командных действий;
- обучить основным методам саморегуляции и самоконтроля.

Развивающие:

- способствовать повышению уровня физической подготовленности;
- совершенствовать навыки и умения игры;
- способствовать развитию морально-волевых качеств;
- получить уровень спортивной квалификации (выполнение норм III юношеского спортивного разряда).

Воспитательные:

- воспитать моральные и волевые качества;
- сформировать потребность к ведению здорового образа жизни;
- воспитывать ответственность, дисциплинированность, взаимопомощь;
- формировать у обучающихся устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

1.3. Объем программы, срок освоения

Программа рассчитана на 42 учебные недели, летний период - работа по индивидуальным планам. Режим тренировочной работы в группах 4, 5 года обучения составляет 6 часов в неделю (252 часа в год, 504 часа – весь период обучения по программе).

1.4. Содержание программы

Теоретическая подготовка

Тема 1. Состояние и развитие баскетбола в России

История развития баскетбола в мире и нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене.

Тема 2. Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по баскетболу. Международные связи Российских спортсменов. Олимпийские игры. Российские спортсмены на Олимпийских играх.

Тема 3. Сведения о строении и функциях организма человека.

Опорно-двигательный аппарат. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние физических упражнений на дыхательную систему, кровообращение, укрепление здоровья. Развитие физических способностей и достижение высоких спортивных результатов.

Тема 4. Техническая подготовка.

Понятия спортивной техники. Классификация и терминология технических приёмов. Техника владения мячом - основы спортивного мастерства баскетболиста.

Тема 5. Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона).

Тема 6. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.

Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Предупреждение инфекционных заболеваний, источники инфекций и пути их распространения. Травматизм в процессе занятий баскетболом; оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях, приёмы искусственного дыхания, транспортировка пострадавшего. Профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям и соревнованиям.

Тема 7. Правила игры. Организация и проведение соревнований.

Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Обязанности судей, способы судейства. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, в выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Заявки, их форма и оформление, представление заявок. Назначение судей.

Тема 8. Установка на игру и разбор игры

Понятия об основных составляющих баскетболиста перед началом игры: психологическом состоянии, технических характеристик, тактических взаимодействий команды и индивидуально каждого игрока. Полный (детальный) разбор игры: анализ выполнения игроками отдельных технических элементов, тактических взаимодействий в нападении и защите. Контрприёмы в игре и их целесообразность в определённых игровых ситуациях. Позитивные и негативные моменты в игре у себя и соперника.

Практическая подготовка

Техническая подготовка

Теория: Основные сведения о технике. Характеристика основных приемов техники: перемещение, ловли, передач, ведение, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства.

Техника передвижения.

Перемещение приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, скрестным шагом, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом, лицом и спиной вперед. Стойка нападающего. Прыжки толчком одной ноги. Прыжки с короткого разбега. Остановка двумя шагами и прыжком. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Положение рук. Передвижения приставными шагами в стороны, назад, вперед. Передвижения в защитной стойке по сигналам.

Ловля и передача мяча.

Ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, в парах, кругах, в колонне. Передачи мяча двумя руками от груди, передачи двумя руками отскоком от пола. Передача мяча в парах, стоя на месте, ближние и средние расстояния. Передачи мяча на одном уровне. Ловля и передача мяча в простых и усложненных условиях. Без сопротивления и с сопротивлением защитника.

Ведение мяча.

Ведение мяча на месте, в движении, по прямой с изменением скорости, высоты отскока и направления, по зрительному и слуховому сигналу. Ведение мяча в простых и усложненных условиях, без сопротивления и с сопротивлением напарника.

Броски.

Бросок мяча одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча, бросок мяча в простых и усложненных условиях, без сопротивления и с сопротивлением защитника.

Броски мяча под углом к щиту. Броски перечисленными способами после ведения.

Формы контроля: *текущий контроль, диагностика.*

Тактическая подготовка

Теория: Основные сведения о тактике игры, о её значении для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры, связь техники и тактики.

Практика:

Тактика нападения.

Команда, овладевшая мячом, становится нападающей. Нападение - это основная функция команды в игре. С помощью атакующих действий команда овладевает инициативой и заставляет соперника принять выгодный ей тактический план. Главная цель нападающей команды - забросить мяч в кольцо соперников. Чтобы добиться этого, необходимо использовать организованные, заранее продуманные и хорошо подготовленные тактические ходы, рассчитанные на приближение мяча к щиту соперника, создание благоприятных условий для завершающей атаки, на непосредственное проведение этой атаки и обеспечение возможности борьбы за отскок.

Тактика нападения даёт возможность команде в зависимости от конкретного соперника и в различные моменты состязания выбирать и использовать наиболее целесообразные средства, способы, формы ведения планомерной атаки.

По своему характеру все действия нападения подразделяют на индивидуальные и коллективные.

Индивидуальные действия подразделяются на действия игрока без мяча и действия игрока с мячом. В свою очередь действия игрока без мяча делятся на выход для получения мяча и выход для отвлечения мяча. А действия игрока с мячом - на розыгрыш мяча и атаки корзины.

В соответствии с классификацией тактики коллективные действия подразделяются на групповые и командные. Групповые действия включают: 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.

Командные действия делятся на стремительное и позиционное нападение.

Стремительное нападение - это система быстрого прорыва и система эшелонированного прорыва. Позиционное нападение - это система нападения через центрового (1-2-3-х) и система 17 нападения без центрового.

Тактика защиты.

Тактические действия в защите подразделяются на индивидуальные, групповые и командные действия:

Индивидуальные действия предполагают: своевременное 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; ситуации: 1 защитник - 2 нападающих; 1 защитник - 3 нападающих, и т.д.

Групповые действия это согласованные действия 2-3-4 игроков команды, в перемещениях по всей площадке или на своей стороне; подстраховка; «ловушки»; смена игроков; 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).

Командные действия делятся на концентрированную и рассредоточенную защиту. Концентрированная защита включает: систему личной защиты; систему зонной защиты; систему смешанной защиты. Рассредоточенная защита включает: систему личного прессинга; систему зонного прессинга; систему смешанной защиты.

Формы контроля: *текущий контроль, диагностика.*

Психологическая подготовка

Общая психологическая подготовка осуществляется в единстве с физической, технической и тактической подготовкой на протяжении всего многолетнего периода спортивной подготовки, в ее задачи входит:

1. Воспитание высоконравственной личности спортсмена;

2. Развитие процессов восприятия (совершенствования умения пользоваться периферическим зрением, развития глубинного зрения (глазомера), точности восприятия движений и т.д.);

3. Развитие внимания: объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения;

4. Развитие тактического мышления, памяти, представления и воображения;

5. Развитие способности управлять своими эмоциями;

6. Развитие волевых качеств.

Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (игра) состоит в следующем:

1. Осознание игроками задач на предстоящую игру;

2. Изучение конкретных условий предстоящих соревнований (время и место игр, освещенность, температура и т.п.);

3. Изучение сильных и слабых сторон соперника и подготовка к действиям с учетом этих особенностей;

4. Осознание и оценка своих собственных возможностей в настоящий момент;

5. Преодоление отрицательных эмоций, вызванных предстоящей игрой;

6. Формирование твердой уверенности в своих силах и возможностях в выполнении поставленных задач в предстоящей игре.

Спокойное, ровное, уверенное поведение тренера-преподавателя является одним из важных моментов, направленных на создание психологической мобилизации команды к предстоящей игре, а также в процессе самой игры. В заключение следует отметить, что вся психологическая подготовка должна проводиться с учетом индивидуальных особенностей баскетболистов.

Формы контроля: текущий контроль, диагностика.

Соревновательная деятельность

Теория: Правила соревнований по баскетболу. Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана.

Практика:

Учебно-тренировочные игры в группе, товарищеские игры, матчевые встречи. Участие во внутришкольных, муниципальных, республиканских и региональных соревнованиях.

Формы контроля: результат соревнований.

Выполнение контрольных нормативов

Теория:

Правила выполнения контрольных нормативов.

Практика:

Сдача контрольных нормативов

Формы контроля: текущий контроль, диагностика.

1.5. Планируемые (ожидаемые) результаты освоения программы и способы определения результативности

Результатом реализации Программы является:

- повышение уровня технической, тактической и психологической

подготовки;

- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта баскетбол;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

Ожидаемые результаты реализации программы

Результатами освоения Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

4 год обучения

обучающиеся будут знать:

- правила гигиены, безопасности и профилактики травматизма при занятиях физическими упражнениями;
- единую спортивную классификацию и ее значение;
- характерные травмы в спортивных играх, профилактика и меры их предупреждения;
- требования техники безопасности на занятиях баскетболом.

обучающиеся будут уметь:

- владеть основами техники и тактики баскетбола;
- выполнять нормативы по ТТП;
- уметь точно и своевременно выполнять задания, связанные с требованиями баскетбола и правилами подвижных игр;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности.

5 год обучения

обучающиеся будут знать:

- правила соревнований по баскетболу;
- основы судейства по баскетболу;
- тактические варианты игры;
- требования, нормы и условия выполнения спортивных разрядов.

Обучающиеся будут уметь:

- владеть техническими приемами;
- владеть основами тактики баскетбола;
- выполнять нормативы по ТТП;
- владеть навыками в организации и проведении соревнований;
- преодолевать предсоревновательные и соревновательные факторы, воздействующие на психологическое состояние спортсмена.

РАЗДЕЛ 2.КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. *Учебный план для групп 4 года обучения*

№	Содержание	Кол-во часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Теоретические занятия	Практические занятия	Всего	
1.	**Теоретическая подготовка**	**10**	**-**	**10**	Беседа, опрос

	Сведения о строении и функциях организма человека	1			
	Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте	1			
	Техническая подготовка	3			
	Тактическая подготовка	3			
	Правила игры. Организация и проведение соревнований.	2			
2.	**Техническая подготовка**	**5**	**113**	**118**	Текущий контроль, диагностика
	ловля мяча	1	10		
	передачи мяча	1	24		
	ведение мяча	1	24		
	броски в корзину	1	30		
	обводка соперника	1	25		
3.	**Тактическая подготовка**	**5**	**71**	**76**	Текущий контроль, диагностика
	индивидуальные действия	1	13		
	групповые действия	1	13		
	командные действия	1	13		
	командные действия в защите	1	16		
	командные действия в нападении	1	16		
4.	**Учебные и тренировочные игры**	**4**	**26**	**30**	Зачет
5.	**Участие в соревнованиях**	**1**	**5**	**6**	Результат
6.	**Психологическая подготовка**	**6**	**-**	**6**	Наблюдение, опрос
7.	**Контрольно-переводные нормативы**	**-**	**6**	**6**	Контрольно-тестовые упражнения, зачет
	ИТОГО (ч)	**31**	**221**	**252**	

Учебный план для групп 5 года обучения

№	Содержание	Кол-во часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Теоретические занятия	Практические занятия	Всего	
1.	**Теоретическая подготовка**	**10**	**-**	**10**	Беседа, опрос
	Физическая культура и спорт в России.	1			
	Состояние и развитие баскетбола в России	1			
	Установка на игру и разбор игры	2			
	Техническая подготовка	3			

	Тактическая подготовка	3			
2.	**Техническая подготовка**	**5**	**105**	**110**	Текущий контроль, диагностика
	ловля мяча	1	10		
	передачи мяча	1	22		
	ведение мяча	1	22		
	броски в корзину	1	28		
	обводка соперника	1	23		
3.	**Тактическая подготовка**	**5**	**75**	**80**	Текущий контроль, диагностика
	индивидуальные действия	1	13		
	групповые действия	1	14		
	командные действия	1	14		
	командные действия в защите	1	17		
	командные действия в нападении	1	17		
4.	**Учебные и тренировочные игры**	**2**	**32**	**34**	Зачет
5.	**Участие в соревнованиях**	**1**	**5**	**6**	Результат
6.	**Психологическая подготовка**	**6**	**-**	**6**	Наблюдение, опрос
7.	**Контрольно-переводные нормативы**	**-**	**6**	**6**	Контрольно-тестовые упражнения, зачет
	ИТОГО (ч)	**29**	**223**	**252**	

2.2. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, дней и часов, а так же режим занятий.

Год обучения	Дата начала реализации	Дата окончания реализации	Режим занятий	Количество учебных недель/часов	Разделы программы
4 год	08 сентября	15 июля	6 часов в неделю (2 занятия по 3 часа)	42 недели 252 часа в год	Теоретическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка Учебные и тренировочные игры Участие в соревнованиях Психологическая подготовка Контрольно-переводные нормативы

5 год	08 сентября	15 июля	6 часов в неделю (2 занятия по3 часа)	42 недели 252 часа в год	Теоретическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка Учебные и тренировочные игры Участие в соревнованиях Психологическая подготовка Контрольно-переводные нормативы

Календарный учебный график реализации Программы представлен в Приложении № 1 к настоящей программе.

2.3. Рабочая программа воспитания с календарным планом воспитания

Воспитательную работу тренер-преподаватель проводит во время соревнований, учебно-тренировочных занятий, на тренировочных сборах и в спортивных лагерях.

На протяжении многолетней спортивной подготовки всесторонне-развитой личности воспитанника, тренер-преподаватель формирует, прежде всего, патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов.

Цель воспитательной работы: создание условий для саморазвития и самореализации личности спортсмена, его успешной социализации в обществе.

Задачи:

- способствовать формированию и развитию спортивного коллектива;
- создать благоприятные психолого-педагогические условия для развития личности, самоутверждения каждого обучающегося, сохранения неповторимости и раскрытия его потенциальных способностей;
- формировать здоровый образ жизни;
- профилактика правонарушений;
- формировать у обучающихся нравственных смыслов и духовных ориентиров.

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Мероприятие	Срок
1.	Беседа с обучающимися «Правила внутреннего распорядка обучающихся МУ ДО «ЦРФКС»	сентябрь
2.	Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности и правилам дорожного движения	сентябрь-январь
3.	Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки	сентябрь-июль
4.	Участие в субботнике (лес микрорайона «Машиностроитель)	сентябрь
5.	Беседа с детьми по профилактике суицида	сентябрь
6.	Посещение городского турнира по баскетболу	октябрь
7.	Беседа «Правила поведения при угрозе террористического акта»	октябрь
8.	Беседа о ПДД в зимний период	ноябрь
9.	Беседа «Правила поведения на занятиях по спортивным и подвижным играм в спортзале»	ноябрь
10.	Беседа об уголовной ответственности за дачу ложных показаний	декабрь
11.	День рождения отделения	декабрь
12.	Беседа о вреде и пользе интернета	январь
13.	Участие в Кубке города Волжска по баскетболу	январь
14.	Беседа правила поведения на водоемах	январь
14	Участие во всероссийских соревнованиях по стритболу «Basket Сар»	февраль
15	Участие во Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России»	февраль
16	Беседа как уменьшить воздействие пластика на окружающую среду	март
17	Участие в межрегиональном турнире по баскетболу, посвященном памяти тренера-преподавателя А.В. Родина	март
18	Участие в Чемпионате города по баскетболу среди школьников «БЦЛ»	март-апрель
19	Участие в «КЭС- Баскет» (районный этап)	апрель
20	Участие в Первенстве РМЭ по баскетболу	апрель
21	Участие в «КЭС- Баскет» (республиканский этап)	май
22	Участие в акции «Зажги свечу памяти»	май
23	Участие в субботнике	май
24.	Традиционные чаепития, посвященные праздничным датам, дням рождения обучающихся	по календарю
25.	Учебно-тренировочные сборы	июнь
26.	Проведение родительских собраний	сентябрь, январь, май
27.	Проведение индивидуальных бесед с родителями	по необходимости
28.	Контроль за посещаемостью и успеваемостью спортсменами в общеобразовательной школе.	постоянно в течение года

2.4. Условия реализации программы (***материально-техническое обеспечение, информационное обеспечение, кадровое обеспечение***).

Материально-техническое обеспечение:

Учебно-тренировочные занятия проводятся в специально оборудованном спортивном зале (18х30 м) МОУ СШ № 5. В спортивном зале имеется:

- табло игровое электронное;
- стойки волейбольные универсальные на растяжках с механизмом натяжения;
- ворота для гандбола, мини-футбола складные;
- скамейки гимнастические;
- маты гимнастические;
- мостик гимнастический подпружиненный;
- тренажеры для пресса и спины;
- стойка и планка для прыжков в высоту;
- щит для метания в цель;
- барьеры легкоатлетические регулируемые.

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки

N п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Оборудование и спортивный инвентарь			
1	Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит,корзина с кольцом, сетка, опора)	комплект	2
2	Мяч баскетбольный	штук	20
3	Доска тактическая	штук	2
4	Мяч набивной (медицинбол)	штук	15
5	Свисток	штук	2
6	Секундомер	штук	2
7	Стойка для обводки	штук	20
8	Фишки (конусы)	штук	30
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
9	Барьер легкоатлетический	штук	10
10	Гантели массивные от 1 до 5 кг	комплект	3
11	Корзина для мячей	штук	2
12	Мяч волейбольный	штук	2
13	Мяч набивной (медицинбол)	штук	15
14	Мяч теннисный	штук	10
15	Мяч футбольный	штук	2
16	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	4
17	Скакалка	штук	20
18	Скамейка гимнастическая	штук	4
19	Утяжелитель для ног	комплект	15
20	Утяжелитель для рук	комплект	15
21	Эспандер резиновый ленточный	штук	20

Информационное обеспечение

Тренер-преподаватель подачу нового теоретического материала осуществляет следующими методами:

- рассказ,
- беседа,
- показ с объяснением и демонстрацией действий, наглядных пособий.

Каждое занятие по темам Программы включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теоретические сведения - это повтор пройденного материала, объяснение нового, информация познавательного характера. Теория сопровождается показом наглядного материала. Использование наглядных пособий на занятиях повышает у учащихся интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

Перед выполнением практических упражнений проводится словесное разъяснение техники исполнения. В течение практической части занятия тренер-преподаватель осуществляет текущий контроль качества и правильности выполнения заданий. Обеспечение безопасности в процессе проведения учебно-тренировочных занятий является первостепенной задачей тренера-преподавателя.

На занятии используются все известные виды наглядности:

- показ (иллюстраций, рисунков, журналов и книг, фотографий);
- демонстрация упражнений, различных приемов работы, которые дают достаточную возможность учащимся закрепить их в практической деятельности.

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, видео спортивных соревнований, методические разработки.

Аудиовизуальные средства:

1.Видеозаписи с соревнований различных уровней.
2.Видео-уроки по баскетболу

Интернет-ресурсы:

1. http://минобрнауки.рф/ - Министерство образования и науки РФ
2. http://www.minsport.gov.ru/ - Министерство спорта Российской Федерации
3. http://www.olympic.ru/ - Олимпийский Комитет России
4. http://www.olympic.org/ - Международный Олимпийский Комитет
5.Федеральный портал «Российское образование» (http://www.edu.ru/)
6.Единое окно доступа к образовательным ресурсам (http://window.edu.ru/)
7.Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (http://school-collection.edu.ru/)
8. Федерация баскетбола России http://www.russiabasket.ru/
9. Международная федерация баскетбола https://ru.wikipedia.org/wiki/

Кадровое обеспечение

Учебно-тренировочную и воспитательную работу осуществляет тренер-преподаватель (штатный) первой квалификационной категории Русаков Артем Викторович, имеющий высшее педагогическое образование, квалификацию «педагог по физической культуре», стаж тренерской работы 14 лет. Мастер спорта по баскетболу.

2.5. Формы, порядок текущего контроля

Система оценки результатов освоения программы

Контрольными мероприятиями по оценке уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по баскетболу является сдача контрольно-переводных нормативов

Приемные и контрольно-переводные испытания проводятся в целях:

- оценки эффективности избранной направленности тренировочного процесса;
- выявления сильных и слабых сторон в подготовке спортсменов;
- оценки эффективности средств и методов тренировки в соответствии с установленными контрольными нормативами для выявления динамики развития спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений;
- зачисления обучающего на этап спортивной подготовки.

Тестирование (сдача контрольно-нормативных требований) по общей физической и специальной физической подготовленности, как правило, осуществляется два раза в год, в начале и в конце учебного года, но частота тестирования может быть увеличена до 3-4 и более раза в год, и зависит от особенностей построения годичного цикла.

Промежуточное тестирование позволит вносить оперативные коррективы в учебный процесс.

2.6. Оценочные материалы *(диагностики)*

Контрольные нормативы

Контрольные упражнения (единицы измерения)	возраст	мальчики			девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 метра). Отрезок 15 м. Туда и обратно (сек).	11	11,2	12,0	12,7	12,2	13,0	13,7
	12	10,0	10,5	11,0	11,0	11,5	12,0
	13	8,8	9,0	9,3	9,8	10,0	10,3
	14	8,5	8,8	9,0	8,5	8,8	9,0
	15	8,4	8,7	9,0	9,4	9,6	10,0
Челночный бег 3х10 с ведением мяча (сек).	11	8,9	9,3	9,6	9,4	9,6	9,8
	12	8,6	8,9	9,2	9,0	9,2	9,4
	13	8,3	8,5	8,8	8,6	8,8	9,0
	14	8,1	8,4	8,7	8,5	8,7	9,0
	15	8,0	8,3	8,6	8,4	8,6	9,0
Штрафной бросок (из 10 бросков)	11	4	3	2	4	3	2
	12	5	4	3	5	4	3
	13	5	4	3	5	4	3
	14	6	5	4	6	5	4
	15	6	5	4	6	5	4
Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	11	4	4	3	3	2	2
	12	5	5	4	4	3	3
	13	6	6	5	5	3	3
	14	7	7	6	6	4	4
	15	8	8	6	6	4	4
Броски мяча в стенку с расстояния 3 метра и ловля после отскока за 30 сек. (кол-	11	18	17	17	16	16	15
	12	19	18	18	17	17	16
	13	20	19	19	18	18	17

во раз)	14	21	20	19	18	18	17
	15	22	20	20	19	19	18
Броски мяча со средней дистанции (из 10 бросков)	11	4	4	3	3	2	2
	12	5	5	4	4	3	3
	13	5	5	4	4	3	3
	14	6	6	5	5	4	4
	15	6	6	5	5	4	4

2.7. Методические материалы ***(методы обучения; педагогические технологии; формы организации учебного занятия; алгоритм учебного занятия; дидактические материалы)***

Примерные упражнения для обучения индивидуальным действиям:

1. Построение тройками (два нападающих и один защитник). Защитник опекает игрока без мяча. Игрок без мяча должен сблизиться с защитником и затем внезапно сделать рывок для получения мяча.

2. Обучающиеся строятся в колонну. Поочередно каждый выполняет маневр против защитника, обегая его со спины и стараясь выйти для получения мяча.

При обучении индивидуальным действиям тренер-преподаватель должен показать целесообразность или ошибочность тех или иных тактических действий в конкретном игровом эпизоде или взаимодействии. Поскольку обучающиеся к этому времени в достаточной мере владеют техникой, требования педагога для них вполне доступны. В последующем всякое творческое проявление обучающимися целесообразной тактической инициативы следует всячески поощрять.

Примерные упражнения для обучения групповым действиям двух игроков:

1. Построение парами у лицевой линии. Каждая пара перемещается от одной лицевой линии к другой, все время передавая мяч друг другу на выход вперед.

2. То же, но после передачи первый игрок переходит на сторону второго игрока. Второй, получив мяч, пропускает первого игрока вперед и затем с ведением переходит на его сторону. Оба игрока продолжают движение к противоположному щиту, где упражнение заканчивается броском.

3. То же, что в первом упражнении, но против одного защитника. Вначале роль защитника выполняет сам тренер-преподаватель, закрывая то игрока с мячом, то игрока без мяча. Если закрыт игрок с мячом, то должна последовать передача свободному игроку для ведения к щиту и броску. Если закрывается игрок без мяча, то владеющий мячом должен применить ведение и атаковать корзину. Это же упражнение проводится, когда маневр защитника неизвестен, и игрокам предоставляется инициатива в действиях.

4. Упражнение с двумя защитниками. Обучающиеся, перемещаясь и передавая мяч друг другу, должны выходить на получение мяча. Здесь надо научить применять ранее разученные индивидуальные действия: проход перед игроком и обход его сзади.

5. Передающие друг другу мяч, применяя ведение, стремятся «растянуть» фронт защиты, а затем один из них в нужный момент должен войти между двумя защитниками для получения мяча.

6. Это же упражнение выполняется ближе к щиту с выходом игрока за спину защитника.

7. Взаимодействия с заслонами: для ухода игрока с мячом, для выхода на получение мяча, для броска, наведения, пересечения.

Упражнения при изучении заслонов нужно проводить с последовательным решением следующих задач: правильно выбрать место за слона и правильно поставить заслон; поставить заслон своевременно; осуществлять взаимодействие с партнером (сопровождение, участие в розыгрыше мяча).

Примерные упражнения для обучения групповым действиям трех игроков:

1.Построение треугольником, основание которого обращено к противоположной лицевой линии. Перемещаясь к противоположному щиту, игроки все время передают мяч друг другу каждый раз через игрока, находящегося в вершине треугольника.

2. То же против двух защитников. Игроки, находящиеся в основании треугольника, стремятся шире «растянуть» фронт защиты, а мяч передать игроку, находящемуся в вершине треугольника. Игрок, владеющий мячом, должен атаковать корзину ведением, а если защитник переключится на него, то действовать по обстановке, отдав мяч свободному игроку.

3. То же, но если противник отступает, не «растягивая» фронта защиты, то следует атаковать с мячом на одном из флангов, применив ведение и тем самым вызвав защитника на активные действия. Далее действовать по обстановке, передавая мяч свободному игроку.

4. Взаимодействия трех игроков изучаются в таком порядке: «треугольник», «тройка», «малая восьмерка», «скрестный выход» и т.п.

Методическая последовательность соблюдается та же, что и при изучении взаимодействия двух игроков.

Примерные упражнения для обучения нападению быстрым прорывом:

1. Передачи в парах от лицевой линии и броском на противоположном щите на максимальной скорости без ведения мяча.

2. То же, но в тройках.

3. Два нападающих против одного защитника продвигаются к противоположному щиту с помощью передач до средней линии площадки, от средней линии один из нападающих начинает ведение мяча, чтобы защитник вышел на него, а его партнер без мяча, сделав рывок под кольцо, получил передачу и без сопротивления атаковал кольцо с близкого расстояния.

4. Трое нападающих против двух защитников. Ведение от средней линии начинает только игрок, находящийся в середине, и передачу может передать на правый или левый фланги, в зависимости от того, какой игрок останется без защитника.

5. Занимающиеся разбиваются на тройки и выстраиваются лицом к щиту на расстоянии 1,5-2 м. У игроков в середине по мячу. Игрок ударяет мяч о щит, ловит

его и передает одному из партнеров, который выполняет рывок к противоположному щиту в момент ловли мяча. Поймав мяч, игрок с ведением устремляется к противоположному щиту, передав мяч третьему игроку, который и завершает атаку броском по кольцу из-под щита. То же выполняет следующая тройка и т.д.

6. «Быстрый прорыв». Игра ведется 2х2 или 3х3 на один щит. По сигналу ведущего команда, владеющая мячом, совершает быстрый прорыв к противоположному щиту, после чего игра продолжается уже у этого щита, вплоть до нового сигнала. Варианты: а) игра у щита проходит без ведения, только за счет передач; б) сигналом к началу проведения быстрого прорыва может служить любое овладение мячом (подбор у щита, перехват, выбивание, вырывание.

Советы нападающему:

- бережно относиться к мячу в нападении, *к*аждая атака команды должна закончиться броском;
- быстро продвигать мяч в зону нападения, используя ведение или передачу мяча;
- действовать спокойно, уверенно и быстро;
- избегать фолов в нападении;
- постоянно двигаться, держа своего защитника в напряжении.

Примерные упражнения для обучения разновидностям позиционного нападения:

1. Объяснение и показ разучиваемой комбинации на демонстрационной доске и в конкретной игровой ситуации на площадке.
2. Пофазное выполнение групповых взаимодействий, входящих составной частью в изучаемую комбинацию.
3. Медленное маневрирование всех игроков из начальной расстановки по заданной схеме и с соответствующей последовательностью действий.
4. То же, но с выполнением всех планируемых действий и их возможных вариантов в ответ на предполагаемые контрдействия соперников.
5. Воспроизведение комбинации в целом с преодолением пассивного, а затем активного сопротивления нескольких защитников на определенных стадиях взаимодействий нападающих.
6. То же, но в игровых условиях в ситуации численного равенства с защитниками 5х5 на одну корзину; комбинацию выполняют много кратно с последующей сменой ролей.
7. Поочередное выполнение разучиваемых комбинаций позиционного нападения в игровом упражнении «Нападают пятерки»: две пятерки игроков осуществляют противоборство на одном щите; в случае овладения мячом защищающаяся команда переходит к наступательным действиям с атакой в противоположную корзину, где ей противодействует третья пятерка, а оставшиеся без мяча соперники занимают защитную расстановку и ожидают очередной атаки на свой щит; если же атакующие действия успешны, то та же пятерка сохраняет мяч и нападает на другой щит; переход от защиты к нападению происходит без сопротивления; противодействие оказывается только при позиционном розыгрыше мяча в передовой зоне; то же, но соперничество 5х5 ведется на обоих щитах; смена противников и соответственно корзин происходит после завершения каждой атаки,

либо после определенного количества набранных очков одной из команд, либо через определенные отрезки времени по сигналу тренера-преподавателя

8. Выполнение изучаемой разновидности командных действий в стандартных ситуациях: при начальном спорном броске; при вбрасывании мяча из-за пределов площадки (из-за лицевой или боковой линии), при выполнении последнего штрафного броска (без защитников в медленном темпе; в игровом темпе в условиях пассивного противодействия защитников; в условиях игрового противоборства с атакой в одну корзину).

9. Выполнение разновидностей позиционного нападения в двусто ронних учебных играх с установкой педагога.

Ошибки:

- нерациональное для разыгрываемой комбинации начальное рас положение игроков: чрезмерная удаленность либо приближенность к корзине или партнерам – сложно сохранить соответствующие временные параметры атаки;

- несогласованность взаимодействий нападающих во времени и пространстве: запаздывание с выходом для получения мяча, с передачей или проходом, излишняя скученность игроков на одном участке площадки – потеря темпа и динамики в развитии атакующих действий;

- некачественное использование групповых взаимодействий, составляющих основу разыгрываемой комбинации: плохая постановка либо использование заслонов, пересечения или наведения, слишком медленное их воспроизведение – защита успевает нейтрализовать все планируемые командные действия;

- недостаточно эффективное использование образовавшихся в защите соперников «слабых звеньев» («дыр»): трудности с передачами мяча центровому или выходящему на удобную для атаки позицию нападающему, неверный выбор направления продолжения атаки – завершение атаки в условиях подготовленного сопротивления;

- нерациональное использование времени, отведенного правилами на подготовку атаки: слишком медленный переход от защиты к нападению; неспешное принятие начальной расстановки в зоне соперников; затяжной розыгрыш мяча без обострения игровой ситуации с последующей поспешной подготовкой завершающего броска в условиях лимита времени – бросок мяча из неудобной позиции или положения при активном противодействии соперников;

- неподготовленный завершающий бросок мяча в ситуации, когда партнеры продолжают начатые взаимодействия и не способны включиться в борьбу за отскок на щите: «бросок на авось» – большая вероятность потери мяча и ответной скоростной контратаки соперник;

- чрезмерная стандартизация командных действий, шаблонность при их воспроизведении без учета складывающейся на площадке ситуации: отсутствие импровизации по ходу розыгрыша комбинации в ответ на предпринимаемые защитниками упреждающие контрдействия.

2.8. Список литературы

1. Алачачян, Арменак Не только о баскетболе / Арменак Алачачян. - М.: Молодая Гвардия, 2018. - 320 с.

2. Башкин С.Ю. Уроки по баскетболу/ С.Ю. Башкин. - М.: Физкультура и спорт, 2012.-184с.

3. Гомельский А.Я. Баскетбол завоевывает планету. Баскетбол на Олимпиадах/ А.Я. Гомельский. - М.: Советская Россия, 2010.-160 с.

4. Гомельский А.Я. Управление командой в баскетболе/ А.Я. Гомельский. - М.: Москва, 2016.-144 с.

5. Гомельский А.Я. Как играть в баскетбол/ А.Я. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015.-288 с.

6. Костикова Л.В. Баскетбол/ Л.В. Костикова. - М.: Физкультура и спорт, 2014.-176 с.

7. Пайе, Б. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных / Б. Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2017. - 513 с

8. Сборник Федеральный Стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол/Сборник.- М.: Спорт, 2016.- 823 с.

Электронные ресурсы:

1. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей http://www.it-n.ru/communities.

2. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

3. Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/
4. Министерство образования и науки РФ - http://минобрнауки.рф/
5. Министерство спорта Российской Федерации - http://www.minsport.gov.ru/
6. Федеральный портал «Российское образование» (http://www.edu.ru/)
7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (http://window.edu.ru/)
8. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (http://school-collection.edu.ru/)

Приложение № 1

Календарный учебный график для групп 4 год обучения

№ занятия	**Месяц**	**Время проведения занятий**	**Форма занятия**	**Кол-во часов**	**Тема занятия**	**Место проведения**	**Форма контроля**
1.	**сентябрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях баскетболом	Спортивный зал	Текущий контроль
2.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Контрольно-переводные нормативы	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
3.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ловля мяча от пола.	Спортивный зал	Зачет
4.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Беговые упражнения, бег с ускорениями. Ловля и передачи мяча в парах на месте и в движении.	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
5.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча. Подвижные игры с элементами баскетбола	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
6.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
7.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ловля и передачи мяча. Броски.	Спортивный зал	Текущий контроль
8.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах с мячом и без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
9.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Техника передвижения по площадке. Ведение мяча. Броски.	Спортивный зал	Текущий контроль
11.	**октябрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	Спортивный зал	Текущий контроль
12.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль

13		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие скоростно-силовых качеств. Ловля двумя рукам «низкого мяча»	Спортивный зал	Текущий контроль
14.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
15.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Круговая тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль
16.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний	Спортивный зал	Текущий контроль
17.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Челночный бег, старт из различных положений. Броски.	Спортивный зал	Текущий контроль
18.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие специальной выносливости. Подвижные игры с элементами баскетбола	Спортивный зал	Текущий контроль
19.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
20.	**ноябрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Правильная постановка кисти руки при броске в корзину. Эстафеты.	Спортивный зал	Текущий контроль
21.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ловля и передачи мяча в парах, в тройках на месте и в движении. Развитие ловкости.	Спортивный зал	Текущий контроль
22.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Подвижные игры с элементами баскетбола	Спортивный зал	Текущий контроль
23.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие скоростно силовых качеств, перемещения с изменением скорости и направления. Эстафеты с мячом.	Спортивный зал	Текущий контроль
24.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах на координацию и ловкость с мячом и без. Броски.	Спортивный зал	Текущий контроль

		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Перемещения с изменением скорости и направления. Взаимодействие трех игроков («скрестный выход»)	Спортивный зал	Текущий контроль
25.	**декабрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
26.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в тройках. Эстафеты	Спортивный зал	Текущий контроль
27.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах - отработка защитных действий при броске противника.	Спортивный зал	Текущий контроль
28.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Спортивный зал	Текущий контроль
29.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
30.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
31.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
32.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга	Спортивный зал	Текущий контроль
33.	**январь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных способов передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Спортивный зал	Текущий контроль
34.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль

35.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные действия в нападении.	Спортивный зал	Текущий контроль
36.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски по кольцу из различных точек площадки. Эстафеты с мячом и без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
37.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Зачет
38.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Развитие прыгучести. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
39.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Обманные действия, финты. Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
40.	**февраль**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах (финты и обманные действия)	Спортивный зал	Текущий контроль
41.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
42.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Передачи. Развитие прыгучести. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
43.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Стартовые рывки с места. Ускорения из различных исходных положений.	Спортивный зал	Текущий контроль
44.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Групповые действия в нападении и защите.	Спортивный зал	Текущий контроль
45.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств (быстроты, точности, выносливости). Эстафеты.	Спортивный зал	Текущий контроль
46.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
47.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных способов передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Спортивный зал	Текущий контроль
48.	**март**	в соответствии	теория	3	Совершенствование техники ловли	Спортивный зал	Текущий

		с расписанием	практика		и передачи мяча.		контроль
49.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
50.		в соответствии с расписанием	контрольное занятие	3	Развитие специальной выносливости. Тактика игры в защите.	Спортивный зал	Текущий контроль
51.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Групповые тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
52.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
53.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных способов передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Спортивный зал	Текущий контроль
54.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Совершенствование техники передачи мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
55.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Тактика защиты. Развитие скоростно силовых качеств	Спортивный зал	Текущий контроль
56.	**апрель**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные действия в нападении.	Спортивный зал	Текущий контроль
57.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	ОФП. Перемещения с изменением скорости и направления.	Спортивный зал	Текущий контроль
58.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Тактика свободного нападения	Спортивный зал	Текущий контроль
59.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
60.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Позиционное нападение со сменой мест.	Спортивный зал	Текущий контроль
61.		в соответствии с расписанием	контрольное занятие	3	Индивидуальные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
62.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Отработка защитных действий.	Спортивный зал	Текущий контроль
63.		в соответствии	контрольно	3	Персональная опека игрока в	Спортивный зал	Текущий

		с расписанием	е занятие		учебной игре.		контроль
64.	**май**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
65.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
66.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Действия одного защитника против двух нападающих. Подвижные игры	Спортивный зал	Зачет
67.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
68.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча с изменением высоты отскока. Передачи мяча со сменой мест в движении. Эстафеты.	Спортивный зал	Текущий контроль
69.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных взаимодействий в системе позиционного нападения.	Спортивный зал	Текущий контроль
70.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Контрольно - переводные нормативы	Спортивный зал	Текущий контроль
71.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность	Спортивный зал	Текущий контроль
72..	**июнь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Действия одного защитника против двух нападающих. Подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль
73.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Эстафеты с мячом и без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
74.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
75.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Переключение от действий в нападении к действиям в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
76.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные действия с мячом.	Спортивный зал	Текущий контроль

77.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Нападение быстрым прорывом.	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
80.	**июль**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
81.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные действия с мячом.	Спортивный зал	Текущий контроль
82.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Вырывание и выбивание мяча.	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
83.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
84.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль

Календарный учебный график для групп 5 год обучения

№ занятия	**Месяц**	**Время проведения занятий**	**Форма занятия**	**Кол-во часов**	**Тема занятия**	**Место проведения**	**Форма контроля**
1.	**сентябрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях баскетболом	Спортивный зал	Текущий контроль
2.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Контрольно-переводные нормативы	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
3.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ловля и передачи мяча в парах на месте и в движении. Беговые упражнения.	Спортивный зал	Зачет
4.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах с мячом и без мяча.	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
5.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча. Подвижные игры с элементами баскетбола	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль

6.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочном занятии	Спортивный зал	Текущий контроль
7.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Ведение мяча. Техника передвижения по площадке.	Спортивный зал	Текущий контроль
8.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
9.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие скоростно-силовых качеств. Ловля двумя рукам «низкого мяча»	Спортивный зал	Текущий контроль
11.	**октябрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний	Спортивный зал	Текущий контроль
12.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Круговая тренировка	Спортивный зал	Текущий контроль
13		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие специальной выносливости. Подвижные игры с элементами баскетбола	Спортивный зал	Текущий контроль
14.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Правильная постановка кисти руки при броске в корзину. Эстафеты.	Спортивный зал	Текущий контроль
15.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Ловля и передачи мяча в парах, в тройках на месте и в движении. Развитие ловкости.	Спортивный зал	Текущий контроль
16.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие скоростно силовых качеств, перемещения с изменением скорости и направления. Эстафеты с мячом.	Спортивный зал	Текущий контроль
17.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Правильная постановка кисти руки при броске в корзину. Эстафеты.	Спортивный зал	Текущий контроль
18.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Подвижные игры с элементами баскетбола	Спортивный зал	Текущий контроль

19.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочном занятии	Спортивный зал	Текущий контроль
20.	**ноябрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Перемещения с изменением скорости и направления. Взаимодействие трех игроков («скрестный выход»)	Спортивный зал	Текущий контроль
21.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах на координацию и ловкость с мячом и без. Броски.	Спортивный зал	Текущий контроль
22.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в тройках. Эстафеты	Спортивный зал	Текущий контроль
23.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах - отработка защитных действий при броске противника.	Спортивный зал	Текущий контроль
24.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочном занятии	Спортивный зал	Текущий контроль
		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	Спортивный зал	Текущий контроль
25.	**декабрь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
26.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга	Спортивный зал	Текущий контроль
27.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль

28.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
29.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных способов передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Спортивный зал	Текущий контроль
30.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочном занятии	Спортивный зал	Текущий контроль
31.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные действия в нападении.	Спортивный зал	Текущий контроль
32.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Развитие прыгучести. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
33.	**январь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски по кольцу из различных точек площадки. Эстафеты с мячом и без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
34.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Упражнения в парах (финты и обманные действия)	Спортивный зал	Текущий контроль
35.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Обманные действия, финты. Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
36.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
37.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Зачет
38.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Передачи. Развитие прыгучести. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
39.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Групповые действия в нападении и защите.	Спортивный зал	Текущий контроль
40.	**февраль**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Стартовые рывки с места. Ускорения из различных исходных положений.	Спортивный зал	Текущий контроль
41.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных физических	Спортивный зал	Текущий контроль

					качеств (быстроты, точности, выносливости). Эстафеты.		
42.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочном занятии	Спортивный зал	Текущий контроль
43.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
44.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
45.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных способов передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Спортивный зал	Текущий контроль
46.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Развитие специальной выносливости. Тактика игры в защите.	Спортивный зал	Текущий контроль
47.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Групповые тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
48.	**март**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
49.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Тактика защиты. Развитие скоростно силовых качеств	Спортивный зал	Текущий контроль
50.		в соответствии с расписанием	контрольное занятие	3	Совершенствование техники передачи мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
51.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных способов передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	Спортивный зал	Текущий контроль
52.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные действия в нападении.	Спортивный зал	Текущий контроль
53.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Перемещения с изменением скорости и направления.	Спортивный зал	Текущий контроль
54.		в соответствии	теория	3	Тактика свободного нападения	Спортивный зал	Текущий

		с расписанием	практика				контроль
55.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
56.	**апрель**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Персональная опека игрока в учебной игре.	Спортивный зал	Текущий контроль
57.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
58.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Позиционное нападение со сменой мест.	Спортивный зал	Текущий контроль
59.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Отработка защитных действий.	Спортивный зал	Текущий контроль
60.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
61.		в соответствии с расписанием	контрольное занятие	3	Индивидуальные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
62.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
63.		в соответствии с расписанием	контрольное занятие	3	Ведение мяча с изменением высоты отскока. Передачи мяча со сменой мест в движении. Эстафеты.	Спортивный зал	Текущий контроль
64.	**май**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Действия одного защитника против двух нападающих. Подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль
65.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Применение изученных взаимодействий в системе позиционного нападения.	Спортивный зал	Текущий контроль
66.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность	Спортивный зал	Зачет
67.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Эстафеты с мячом и без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
68.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Действия одного защитника против двух нападающих. Подвижные	Спортивный зал	Текущий контроль

					игры		
69.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование упражнений на развитие специальных качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал	Текущий контроль
70.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Контрольно - переводные нормативы	Спортивный зал	Текущий контроль
71.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные действия с мячом.	Спортивный зал	Текущий контроль
72..	**июнь**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Нападение быстрым прорывом.	Спортивный зал	Текущий контроль
73.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Переключение от действий в нападении к действиям в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
74.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Игровая деятельность.	Спортивный зал	Текущий контроль
75.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Индивидуальные действия с мячом.	Спортивный зал	Текущий контроль
76.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Командные тактические действия.	Спортивный зал	Текущий контроль
77.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
80.	**июль**	в соответствии с расписанием	теория практика	3	Броски. Вырывание и выбивание мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
81.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Спортивный зал	Текущий контроль
82.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Выполнение технических приемов. Эстафеты с мячом.	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль
83.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Выполнение технических приемов и тактических действий.	Спортивный зал	Текущий контроль
84.		в соответствии с расписанием	теория практика	3	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочном занятии	Спортивный зал, спортивный стадион	Текущий контроль