

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА Г. НЕФТЕКАМСК
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
городского округа город Нефтекамск Республики Башкортостан

Принята на заседании
методического совета
от « 01 » 09 2025 г.
Протокол № 01

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮСШ
Д.Р. Кильдияров
« 01 » 09 2025 г.
Приказ № 1065 от « 01 » 09 2025 г.



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

Возраст обучающихся: 13 – 17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Маникаев Денис Владимирович
Тренер-преподаватель

Нефтекамск, 2025

Лист внесения изменений в программу

Дата внесения изменений	Раздел программы	Внесенные изменения
25.08.2025	Пояснительная записка	Дополнена новизна и актуальность программы
25.08.2025	Воспитательная работа	Выделен в отдельный раздел и дополнен план работы и методики оценки

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цель и задачи программы	7
1.3. Содержание программы	9
1.4. Планируемые результаты	24
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	27
2.1. Календарный учебный график	27
2.2. Условия реализации программы	29
2.3. Формы аттестации и контроля	30
2.4. Оценочные материалы	30
2.5. Методическое обеспечение программы	48
Раздел.3 Программа воспитания	53
Список литературы	66
Приложения	73

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа по баскетболу (далее – Программа) является методическим документом, отвечающим современным требованиям подготовки спортсменов ДЮСШ по баскетболу.

Программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, освоение материала по всесторонней физической подготовке в соответствии с возрастом обучающихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, является разноуровневой программой и предполагает освоение материала на стартовом, базовом, продвинутом уровнях.

Форма обучения: очная

Уровень программы: стартовый (ознакомительный), базовый, углубленный.

Программа предназначена для организации и планирования тренировочной работы, определения наполняемости и объёма занятий для обучающихся отделения баскетбола в МБУ ДО ДЮСШ г. Нефтекамск. Раскрывает содержание тренировочной работы, планирует распределение учебного материала по разделам подготовки, систему спортивно-оздоровительных, общеразвивающих и контрольных (по результатам освоения программы обучения) мероприятий.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Баскетбол» - физкультурно – спортивной направленности. При разработке данной программы дополнительного образования соблюдены принципы, которые позволяют учитывать разный уровень развития и разную степень освоенности содержания обучающимися. Функциональное назначение программы – общеразвивающее.

Программа составлена в соответствии с действующим законодательством и нормативно-правовыми актами Российской Федерации с учетом современных тенденций развития спорта, результатов научных исследований по вопросам здоровьесберегающих технологий, практических рекомендаций спортивной медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики, физиологии, гигиены, психологии.

В основу программы положены нормативные требования по общефизической и специальной подготовке, научные и методические разработки отечественных и зарубежных тренеров и специалистов. Программа

содержит научно – обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса.

Актуальность программы

Баскетбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в тренировочном зале, посредством занятий баскетболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей. Эти особенности баскетбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти эту проблему призвана программа дополнительного образования «Баскетбол». Программа направлена на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Новизна данной программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Педагогическая целесообразность программы заключается в воспитании высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Отличительные особенности. Специфика организации обучения по дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» заключается в том, что программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической и теоретической подготовке в соответствии с периодами обучения, что позволяет соблюсти принцип преемственности в построении учебно- тренировочного процесса. Программа раскрывает весь комплекс воспитания, обучения, тренировки в спортивной школе, является многолетним процессом и предусматривает

определённые требования для обучающихся в соответствии с этапом подготовки.

Программа предусматривает:

- проведение теоретических и практических занятий;
- обязательное выполнение учебно-тематического плана;
- сдачу контрольно-переводных нормативов;
- регулярное участие в соревнованиях.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает обучающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности баскетбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся, умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, баскетбола, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у школьников в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Баскетбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Адресат программы. Данная образовательная программа предназначена для детей в возрасте 12-16 лет, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий баскетболом.

Условия набора группы – принимают все желающие пройти обучение спортивной игре баскетбол на стартовом, базовом и продвинутом уровне. Наполняемость в группе от 15 до 20 человек.

Объем и сроки реализации программы

Срок реализации 3 года. Учебно-тренировочная нагрузка в группах :

1-го года обучения (Стартовый) - 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа)

Общее количество часов в год –216

2-го года обучения (Базовый) - 9 часов в неделю (3 раза по 3 часа).

Общее количество часов в год -324

3-го года обучения (Углубленный) - 9 часов в неделю (3 раза по 3 часа).

Общее количество часов в год -324

Продолжительность образовательных уровней и минимальный возраст лиц для зачисления

Этапы спортивной подготовки Образовательные уровни	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления (лет)
1-го года обучения (Стартовый)	1 год	9-10
2-го года обучения (Базовый)	1 год	11
3-го года обучения (Углубленный)	1 год	11

Формами организации тренировочного процесса в спортивной школе являются: учебно-тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом возрастных и гендерных особенностей, тренировочные сборы, участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы формирование разносторонне развитой личности средствами физической культуры и спорта. Целями на этапах обучения являются:

Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Формирование представлений, интереса к занятиям физической культурой и спортом, основам баскетбола.	Формирование устойчивого интереса и потребности к занятиям спортом, посредством освоения образовательной программы «Баскетбол».	Развитие специализированных навыков в области баскетбола.

В рамках реализации этой цели программа по баскетболу будет способствовать решению следующих задач:

Ознакомительный (стартовый) уровень	Базовый уровень	Продвинутый (углубленный) уровень
Личностные - способствовать развитию социальной активности	Личностные - формирование общественной активности личности,	Личностные - формирование общественной активности личности,

обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности; -воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность; - пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма.	гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни и т.п. (какие ценностные ориентации, отношения, личностные качества будут сформированы: уважение к истории и культуре, коммуникативные навыки, способность работать в коллективе.	гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни и т.п. (какие ценностные ориентации, отношения, личностные качества будут сформированы: уважение к истории и культуре, коммуникативные навыки, способность работать в коллективе.
Метапредметные - развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость,быстроту реакции; развивать двигательные способности посредством игры в баскетбол; формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;	Метапредметные - развитие мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п. (какие способности, творческие возможности будут реализованы, получают развитие; развитие психических процессов:внимания, память, мышление, воображение, речь. Развитие ключевых компетентностей: умение думать, умение исследовать, умение общаться, умение взаимодействовать,	Метапредметные - развитие мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п. (какие способности, творческие возможности будут реализованы, получают развитие; развитие психических процессов: внимания, память, мышление, воображение, речь. Развитие ключевых компетентностей: умение думать, умение исследовать, умение общаться, умение взаимодействовать,

	умение доводить дело до конца и др.).	умение доводить дело до конца и др.).
Предметные дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол); научить правильно регулировать свою физическую нагрузку	Предметные - включение в деятельность, приобретение определенных знаний, умений, навыков.	Предметные включение в деятельность, приобретение определенных знаний, навыков, компетенций, их совершенствование.

1.3. Содержание программы

Тренировочный процесс планируется на основе Программы и утвержденного годового учебного плана. Он предусматривает постепенное повышение тренировочных нагрузок, решающих задачи, связанные с укреплением здоровья обучающихся, развитием специальных физических качеств, освоением сложных технических действий, привитием любви к спортивному состязанию и повышенного интереса к занятиям баскетболом.

Учебный план

	Тема	Количество часов в год			Формы аттестации и контроля
		Годы обучения			
		1	2	3	
		Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень	
Теоретическая подготовка					
1.1	История развития баскетбола	2	2	2	Текущий контроль Промежуточный
1.2	Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта	-	2	2	Текущий контроль Промежуточный

1.3	Значение занятий баскетболом для развития детей	1	2	2	Текущий контроль Промежуточный
1.4	Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика заболеваемости	1	2	2	Текущий контроль Промежуточный
1.5	Требования к технике безопасности при занятиях баскетболом	2	3	3	Текущий контроль Промежуточный
1.6	Самостоятельные занятия дома и их значение	1	2	2	Текущий контроль Промежуточный
1.7	Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни	1	2	2	Текущий контроль Промежуточный
1.8	Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе	1	3	3	Текущий контроль Промежуточный
	ИТОГО:	6	18	18	
2.Практическая подготовка					
2.1	Общая физическая подготовка	80	110	110	Текущий контроль Промежуточный
2.2	Специальная физическая подготовка	45	50	60	Текущий контроль
2.3	Технико-тактическая подготовка	44	60	50	Текущий контроль
2.4	Участие в соревнованиях	15	20	20	Текущий контроль
2.5	Учебная игра	22			
2.6	Контрольные нормативы	4	6	6	Вводное тестирование
	ИТОГО:	210	306	306	
	ВСЕГО:	216	324	324	

Содержание программного материала

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема	1-й год обучения	2-й год обучения	3-й год обучения
Физическая культура и спорт в России	0,5		
Состояние и развитие баскетбола в России	0,5	0,5	
Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена	0,5		0,5
Влияние физических упражнений на организм спортсмена	0,5		
Гигиенические требования занимающимся спортом	0,5	0,5	0,5
Профилактика травматизма в спорте	1	1	1
Общая характеристика спортивной подготовки			0,5
Планирование и контроль подготовки	0,5	0,5	
Основы техники игры и техническая подготовка	1	1	1
Основы тактики игры и тактическая подготовка		1	1
Физические качества и физическая подготовка		0,5	
Спортивные соревнования			0,5
Правила по баскетболу	1	0,5	
Официальные правила ФИБА			0,5
Установка на игру и разбор результатов игры		0,5	0,5
Всего часов	6	6	6

Темы

Физическая культура и спорт в России

Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение ее для укрепления здоровья, физического развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родины. Роль физической культуры в воспитании молодежи. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий. Юношеские разряды по баскетболу.

Состояние и развитие баскетбола в России

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

Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена

Решающая роль социальных начал в мотивации спортивной деятельности. Спортивно-этическое воспитание. Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Общая и специальная психологическая подготовка. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к занятиям. Регуляция уровня эмоционального возбуждения. Основные приемы создания готовности к конкретному соревнованию. Идеомоторные, аутогенные и подобные им методы.

Гигиенические требования к занимающимся спортом

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная емкость легких. Потребление кислорода. Функции пищеварительного аппарата. Особенности пищеварения при мышечной работе. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию спортсменов. Питательные смеси. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания, регулирование веса спортсмена. Пищевые отравления и их профилактика. Гигиеническое значение кожи. Уход за телом, полостью рта и зубами.

Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня для спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Рациональное чередование различных видов деятельности. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

Влияние физических упражнений на организм спортсмена

Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий в спорте. Проведение восстановительных мероприятий после напряженных тренировочных нагрузок. Критерии готовности к повторной работе. Активный отдых. Самомассаж. Спортивный массаж. Баня. Основные приемы и виды спортивного массажа.

Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте

Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания. Общее понятие об инфекционных заболеваниях, источники инфекции и пути их распространения. Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Пути распространения инфекционных заболеваний. Меры личной и общественной профилактики. Патологические состояния в спорте: перенапряжение сердца, заболевание органов дыхания, острый болевой печеночный синдром. Травматизм в процессе занятий баскетболом; оказание первой помощи при несчастных случаях. Доврачебная помощь пострадавшему, приемы искусственного дыхания, транспортировка пострадавшего. Профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к тренировочным занятиям и соревнованиям.

Общая характеристика спортивной подготовки

Понятие о процессе спортивной подготовки. Взаимосвязь соревнований, тренировки и восстановления. Формы организации спортивной тренировки. Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Единство общей и специальной подготовки. Понятие о тренировочной нагрузке. Основные средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Значение тренировочных и контрольных игр. Специализация и индивидуализация в спортивной тренировке. Использование технических средств и тренажерных устройств. Общая характеристика спортивной тренировки юных спортсменов. Особенности спортивной тренировки юных спортсменов: многолетний прирост спортивных достижений, ограничение тренировочных и соревновательных нагрузок, значение общей физической

подготовки. Самостоятельные занятия: утренняя гимнастика, индивидуальные занятия по совершенствованию физических качеств и техники движений.

Планирование и контроль спортивной подготовки

Сущность и назначение планирования, его виды. Составление индивидуальных планов подготовки. Контроль уровня подготовленности. Нормативы по видам подготовки. Результаты специальных контрольных нормативов. Учет в процессе спортивной тренировки. Индивидуальные показатели уровня подготовленности по годам обучения. Основные понятия врачебном контроле. Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. Измерение и тестирование процессе тренировки и в период восстановления. Частота пульса, дыхания, глубина дыхания, тонус мускулатуры. Степ-тест. Уровень физического развития баскетболистов. Артериальное давление. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Дневник самоконтроля. Его формы, содержание, основные разделы и формы записи. Показатели развития. Пульсовая кривая.

Физические способности и физическая подготовка

Физические качества. Виды силовых способностей: собственно силовые, скоростно-силовые. Строение и функции мышц. Изменение в строении и функциях мышц под влиянием занятий спортом. Методика воспитания силовых способностей. Понятие быстроты, формы ее проявления. Методы воспитания быстроты движений. Воспитание быстроты простой и сложной двигательной реакции, облегчение внешних условий, лидирование, использование эффекта варьирования отягощениями. Гибкость и ее развитие. Понятие о ловкости как комплексной способности к освоению техники движений. Виды проявления ловкости. Методика воспитания ловкости. Понятие выносливости. Виды и показатели выносливости. Методика совершенствования выносливости в процессе многолетней подготовки.

Основы техники игры и техническая подготовка

Основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки. Классификация приемов техники игры. Анализ техники изучаемых приемов игры. Методические приемы и средства обучения технике игры. О соединении технической и физической подготовки. Разнообразие технических приемов, показатели надежности техники, целесообразная вариантность. Просмотр киноколеек, видеозаписей игр.

Спортивные соревнования

Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение. Значение спортивных соревнований для популяризации вида спорта. Спортивные соревнования как важнейшее средство роста спортивного мастерства. Положение о проведении соревнований по баскетболу на первенство России, города, школы. Ознакомление с командным планом соревнований, с положением о соревнованиях. Правила соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.

Стартовый уровень

Группа начальной подготовки первого года обучения

Задачи этапа «Стартовый»:

- выявление задатков и способностей детей, предрасположенности к занятиям баскетболом;
- привитие детям интереса к занятиям баскетболом;
- воспитание дисциплинированности;
- улучшение физического развития детей на основе занятий подвижными играми и эстафетами, играми с элементами баскетбола, овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- обучение основам техники баскетбола: правильному приему и стойке баскетболиста;
- обучение умению управлять мячом (набивания);
- обучение техническим приемам.

Практическая подготовка

1. Общая физическая подготовка

Задачи физической подготовки на этапе начальной подготовки 1 года обучения:

- улучшение физического развития детей через использование на занятиях разнообразных общеразвивающих упражнений, подвижных игр, эстафет, игр с элементами баскетбола;
 - овладение основами техники выполнения физических упражнений.
- Для улучшения общей физической подготовки детей применяются:
- подвижные игры и эстафеты, игры с элементами баскетбола на развитие ловкости и координации движений, а также быстроты, точности выполнения задания с проявлением внимания и самостоятельности при выполнении действий, выносливости для победы в игре;
 - специальные упражнения для развития ловкости, двигательной реакции и координационных способностей;
 - игровые упражнения для развития ловкости;
 - упражнения для развития гибкости;

- ходьба и бег (доводя до 2 минут на тренировке – развитие аэробной выносливости);

- ОРУ для рук, туловища и ног (развитие гибкости и силы);
- соревнования по ОФП в группе (текущее тестирование).

Строевые упражнения:

- Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса;
- Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава;
- Упражнения для шеи и туловища;
- Упражнения для всех групп мышц;
- Упражнения для развития силы;
- Упражнения для развития быстроты;
- Упражнения для развития гибкости;
- Упражнения для развития ловкости;
- Упражнения типа «полоса препятствий»;
- Упражнения для развития общей выносливости.

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (ОФП);
- Технику выполнения упражнений, последовательность,

периодичность.

Уметь:

- Выполнять строевые упражнения на месте и в движении;
- Выполнять комплекс разминки самостоятельно;
- Специальная физическая подготовка;
- Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести;
- Упражнения для развития игровой ловкости;
- Упражнения для развития специальной выносливости;
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств;
- Упражнения с отягощениями.

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (СФП);
- Технику выполнения упражнений, последовательность,

периодичность.

Уметь:

- Выполнять упражнения самостоятельно и при помощи партнёра, с изменением скорости, амплитуды, с отягощениями и без них;
- Развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость).

Техническая подготовка

1. Обучение способам приема и подачи;
2. Обучение стойке баскетболиста;
3. Обучение умению управлять мячом;
4. Обучение техническим приемам;
5. Обучение тактическим приемам.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении технических упражнений;
- Основные приёмы техники выполнения технических приемов.

Уметь:

- Выполнять эти технические элементы на учебно-тренировочных занятиях;
- Соблюдать технику безопасности при выполнении технических элементов.

Специальная физическая подготовка

Теоретическая часть:

Стойки баскетболиста. Передвижения. Классификация специальных физических упражнений, развивающих морфофункциональные качества баскетболиста. Методика определения уровня специальной физической подготовки.

Практическая часть:

Передвижения: вперед, назад, в сторону, зигзагом, веером; бег, прыжки, бег приставным и скрестными шагами.

Упражнения для воспитания гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для воспитания скоростно-силовых способностей. Упражнения для воспитания скоростных и координационных способностей. Упражнения для воспитания выносливости. Упражнения на расслабление. Жонглирование двумя, тремя, четырьмя мячами различного веса и различного объема. Жонглирование разными предметами (кубик, кегля, мяч)

Для развития специальных скоростно-силовых и скоростных качеств, а также специальной выносливости Упражнения для развития моторики рук. Контрольные испытания.

Контрольные занятия проводятся в форме соревнований с целью проверки уровня готовности юных спортсменов. На таких занятиях принимаются зачеты по технике и физической подготовке, проводится прием контрольных нормативов 2 раза в год. Контрольные занятия обычно завершают изучение определенного раздела учебной программы, а также применяются для коррекции состава команды или проверки качества работы тренера.

Базовый уровень

Группа начальной подготовки второго года обучения

Теоретическая подготовка

Тема 1. (2 ч) Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие баскетбола в России.

Содержание: Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития. Роль физической культуры в воспитании молодежи.

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

Тема 2. (2 ч) Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Содержание: Мотивация к регулярным занятиям спортом. Спортивно-эстетическое воспитание. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к тренировкам.

Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий после напряженных тренировочных нагрузок.

Тема 3. (2 ч) Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.

Содержание: Понятия о гигиене. Гигиена тела. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятия о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию обучающихся. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания. Пищевые отравления и их профилактика. Режим дня спортсмена. Значение сна, утренней гигиенической гимнастики для юного спортсмена. Вредные привычки – курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

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 4. (1 ч) Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена

Содержание: Общие требования безопасности

Требования безопасности перед началом занятий.

Требования безопасности во время занятий.

Требования безопасности в аварийных ситуациях.

Требования безопасности по окончании занятий.

Тема 5. (1 ч) Самостоятельные занятия дома и их значение.

Содержание: Методические рекомендации по организации самостоятельных занятий по обучению и совершенствованию техники баскетбола.

Основные требования и рекомендации к организации самостоятельных занятий.

Структура построения самостоятельного занятия.

Тема 6. (1 ч) Основы техники и техническая подготовка.

Содержание: Основные сведения о технике игры, о её значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки.

Классификация и анализ техники изучаемых приёмов игры.

Обучающиеся должны знать:

- Гигиенические требования к обучающимся;
- Режим дня спортсмена;
- Естественные основы по защите организма и профилактике заболеваний;
- Историю развития баскетбола в России и терминологию игры.

Уметь:

- Составлять режим дня и руководствоваться им. Закалять свой организм;
- Подготовить место для занятий;
- Соблюдать технику безопасности на занятиях;
- Оказать первую доврачебную помощь пострадавшему;
- Проявлять стойкий интерес к занятиям.

Практическая подготовка

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения

- Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса;
- Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава;
- Упражнения для шеи и туловища;
- Упражнения для всех групп мышц;
- Упражнения для развития силы;
- Упражнения для развития быстроты;
- Упражнения для развития гибкости;
- Упражнения для развития ловкости;
- Упражнения типа «полоса препятствий»;
- Упражнения для развития общей выносливости.

Специальная физическая подготовка

- Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести;
- Упражнения для развития игровой ловкости;
- Упражнения для развития специальной выносливости; -

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств;

- Упражнения с отягощениями.

Подвижные игры и эстафеты

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (ОФП);
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность.

Уметь:

- Выполнять строевые упражнения на месте и в движении; -
- Выполнять комплекс разминки самостоятельно.

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (СФП);
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность.

Уметь:

- Выполнять упражнения самостоятельно и при помощи партнёра, с изменением скорости, амплитуды, с отягощениями и без них;
- Развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость).

Технико-тактическая подготовка.

Обучение какой-либо технике всегда предполагает выполнение имитации технического приема.

1. Обучение умению управлять мячом;
2. Обучение техничским приемам;
3. Обучение тактическим приемам;
4. Обучение умению вращать мяч;
5. Обучение технике приема мяча;
6. Обучение технике подачи мяча;
7. Имитацию перемещений;
8. Базовые задания комбинационной техники
9. Игра на счет;

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении технических упражнений - Основные приёмы техники выполнения ударов.

Уметь:

- Выполнять эти технические элементы на учебно-тренировочных занятиях
- Соблюдать технику безопасности при выполнении технических элементов

Техники передвижения. Бесшажный способ передвижения (без переноса ОЦТ; с незначительным переносом ОЦТ; с полным переносом ОЦТ). Шаги (одношажный, приставной, скрестный). Прыжки (с двух ног, с двух ног на одну, с одной ноги на другую). Рывки (с правой ноги, с левой ноги, с поворотом туловища, с наклоном туловища)

Техники подачи. Подброс мяча. Траектория и направление полета мяча. Точки пересечения плоскостей вращения мяча. Прием подач. Формы распознавания подач соперника.

Игра в нападении. Накат слева, справа.

Техника защиты.

Техники передвижения. Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите.

Обучающиеся должны знать:

- Основные приёмы тактических действий в нападении и при противодействии в защите.

Уметь:

- Выполнять элементы тактики на учебно-тренировочных занятиях;
- Соблюдать технику безопасности при выполнении элементов тактики.

Инструкторско-судейская практика.

Одной из задач является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на начальном этапе и продолжается на последующих этапах подготовки. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.

Контрольные испытания

Контрольные занятия проводятся в форме соревнований с целью проверки уровня готовности спортсменов. На таких занятиях принимаются зачеты по технике и физической подготовке, проводится прием контрольных нормативов 2 раза в год. Контрольные занятия обычно завершают изучение определенного раздела учебной программы, а также применяются для коррекции состава команды или проверки качества работы тренера.

Медико-биологический контроль: Осуществляется два раза в год во врачебно-физкультурном диспансере для выявления морфофункциональных сдвигов в организме занимающихся. Ориентировочные сроки контроля сентябрь-октябрь месяц (1-ое контрольное обследование) и апрель - май (2-ое контрольное обследование).

Продвинутый уровень

Группа начальной подготовки третьего года обучения

1. Теоретическая подготовка

Тема 1. (2 ч) Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие баскетбола в России.

Содержание: Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития. Роль физической культуры в воспитании молодежи.

История развития олейбола в мире и нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Количество занимающихся в России и в мире.

Тема 2. (2 ч) Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Содержание: Мотивация к регулярным занятиям спортом. Спортивно-эстетическое воспитание. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к тренировкам.

Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Субъективные и объективные признаки утомления. Переутомление. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий после напряженных тренировочных нагрузок.

Тема 3. (2 ч) Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.

Содержание: Понятия о гигиене. Гигиена тела. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Понятия о рациональном питании и общем расходе энергии. Гигиенические требования к питанию обучающихся. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания. Пищевые отравления и их профилактика. Режим дня спортсмена. Значение сна, утренней гигиенической гимнастики для юного спортсмена. Вредные привычки – курение, употребление спиртных напитков. Профилактика вредных привычек.

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 4. (1 ч) Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена

Содержание: Общие требования безопасности.

Требования безопасности перед началом занятий.

Требования безопасности во время занятий.

Требования безопасности в аварийных ситуациях.

Требования безопасности по окончании занятий.

Тема 5. (1 ч) Самостоятельные занятия дома и их значение

Содержание: Методические рекомендации по организации самостоятельных занятий по обучению и совершенствованию техники баскетбола.

Основные требования и рекомендации к организации самостоятельных занятий.

Структура построения самостоятельного занятия.

Тема 6. (1 ч) Основы техники и техническая подготовка.

Содержание: Основные сведения о технике игры, о её значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки.

Классификация и анализ техники изучаемых приёмов игры.

Обучающиеся должны знать:

- Гигиенические требования к обучающимся;
- Режим дня спортсмена;
- Естественные основы по защите организма и профилактике заболеваний;

- Историю развития баскетбола в России и терминологию игры.

Уметь:

- Составлять режим дня и руководствоваться им. Закалять свой организм;

- Подготовить место для занятий;
- Соблюдать технику безопасности на занятиях;
- Оказать первую доврачебную помощь пострадавшему;
- Проявлять стойкий интерес к занятиям.

Практическая подготовка Общая физическая подготовка Строевые упражнения:

- Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса;
- Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава;
- Упражнения для шеи и туловища;
- Упражнения для всех групп мышц;
- Упражнения для развития силы;
- Упражнения для развития быстроты;
- Упражнения для развития гибкости;
- Упражнения для развития ловкости;
- Упражнения типа «полоса препятствий»;
- Упражнения для развития общей выносливости;
- Подвижные игры и эстафеты.

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (ОФП);
- Технику выполнения упражнений, последовательность,

периодичность.

Уметь:

- Выполнять строевые упражнения на месте и в движении; -

Выполнять комплекс разминки самостоятельно.

Специальная физическая подготовка:

- Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести;
- Упражнения для развития игровой ловкости;
- Упражнения для развития специальной выносливости; -

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств;

- Упражнения с отягощениями.

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (СФП);
- Технику выполнения упражнений, последовательность,

периодичность.

Уметь:

- Выполнять упражнения самостоятельно и при помощи партнёра, с изменением скорости, амплитуды, с отягощениями и без них;

- Развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость).

Технико-тактическая подготовка.

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении технических упражнений;
- Основные приёмы техники выполнения ударов.

Уметь:

- Выполнять эти технические элементы на учебно-тренировочных занятиях;

- Соблюдать технику безопасности при выполнении технических элементов;

Техники передвижения;

Шаги (одношажный, приставной, скрестный).

Прыжки (с двух ног, с двух ног на одну, с одной ноги на другую).

Рывки (с правой ноги, с левой ноги, с поворотом туловища, с наклоном туловища).

Техники подачи. Подброс мяча. Траектория и направление полета мяча. Точки пересечения плоскостей вращения мяча. Прием подач. Формы распознавания подач соперника.

Игра в нападении.

Техника защиты.

Техники передвижения. Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите.

Обучающиеся должны знать:

- Основные приёмы тактических действий в нападении при противодействии в защите.

Уметь:

- Выполнять элементы тактики на учебно-тренировочных занятиях;

- Соблюдать технику безопасности при выполнении элементов тактики.

Инструкторско-судейская практика

Одной из задач является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на начальном этапе и продолжается на последующих этапах подготовки. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.

Контрольные испытания

Контрольные занятия проводятся в форме соревнований с целью проверки уровня готовности юных спортсменов. На таких занятиях принимаются зачеты по технике и физической подготовке, проводится прием контрольных нормативов 2 раза в год. Контрольные занятия обычно завершают изучение определенного раздела учебной программы, а также применяются для коррекции состава команды или проверки качества работы тренера.

Медико-биологический контроль: Осуществляется два раза в год во врачебно-физкультурном диспансере для выявления морфофункциональных сдвигов в организме занимающихся. Ориентировочные сроки контроля сентябрь-октябрь месяц (1-ое контрольное обследование) и апрель- май (2-ое контрольное обследование).

1.4. Планируемые результаты

За время обучения по программе «Баскетбол» у обучающихся будет сформирован интерес и потребность к здоровому образу жизни, занятиям

физической культурой и спортом. Под влиянием нагрузок, укрепляется опорно-двигательный аппарат, активный характер двигательной деятельности и дозированная нагрузка на занятиях оказывают на сердечно-сосудистую систему положительное тренирующее воздействие. Занятия способствуют положительному воздействию на центральную нервную систему. В процессе тренировочной деятельности, у обучающихся совершенствуется устойчивость, интенсивность и концентрация внимания, а также быстрота ориентирования и переключения от одних действий к другим. В связи с этим в процессе занятий, совершенствуется скорость и точность двигательных реакций.

Знания и умения, полученные в процессе подготовки помогут обучающимся обрести уверенность в собственных силах. Соревновательная деятельность дает возможность проверить и применить полученные навыки, обучающиеся учатся побеждать не только в спорте, но и в жизни, принимать правильные взвешенные решения в разных ситуациях.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения содержания образовательной программы «баскетбол». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия баскетболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях баскетболом стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Баскетбол развивает такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в баскетболе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества.

Баскетбол позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение спортивного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в

активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания образовательной программы «Баскетбол» предмета, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры и спорта:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом и ракеткой, активное использование баскетбола в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по баскетболу.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения содержания образовательной программы «Баскетбол» Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по баскетболу.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности баскетбола;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в баскетболе;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в баскетболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по баскетболу.

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- научить правильно, регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике баскетбола.

Развивающие

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в баскетбол;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммунибельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма.

Модель выпускника программы - разносторонне развитая личность.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Регламент образовательного процесса: Начало учебных занятий – 01 сентября

Окончание учебных занятий – 31 мая

Продолжительность учебного года – 36 недель

Продолжительность занятий:

Образовательные уровни	Продолжительность занятий	Продолжительность учебной недели
------------------------	---------------------------	----------------------------------

Ознакомительный (стартовый) уровень по 2 часа	6 ч. в неделю по 45 минут (3 раза по 2 часа)	6
Базовый уровень	9 ч. в неделю по 45 минут (3 раза по 3 часа)	9
Продвинутый (углубленный) уровень по 3 часа	9 ч. в неделю по 45 минут (3 раза по 3 часа)	9

Представленн в конце программы

2.2. Условия реализации программы

Для реализации программы используются:

1. Спортивный зал общей площадью 263,7 м²(8,92*29,72). Зал хорошо освещен как дневным светом, так и искусственным освещением и хорошо проветривается. Полы в зале имеют деревянное покрытие.
2. Отдельные раздевалки для мальчиков и девочек.
3. Учебно-методическая литература по баскетболу (книги, журналы).
4. Спортивный инвентарь:
 - секундомер;
 - скакалки;
 - мячи;
 - сетка;
 - гимнастические степы;

Информационное обеспечение:

1. Перечень Интернет ресурсов:
 1. Официальный сайт федерации баскетбола России [Электронный ресурс]. URL: <https://volley.ru/>;
 2. Официальный сайт министерства спорта РФ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.minsport.gov.ru>;
 3. Официальный сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс]. URL: <http://lib.sportedu.ru/press>;
 4. Официальный сайт Федерации баскетбола Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. URL: <https://www.rbvolley.ru/>;
2. Демонстрационные видеоматериалы.

Видеоматериалы:

 - Уроки игры в баскетбол;
 - Физическая подготовка игроков в баскетбол;
 - Баскетбол. Основные упражнения для тренировок в баскетболе.
3. Презентации.

Видеоматериалы:

 - Презентация «Классификация ударов в баскетболе»;
 - Презентация «Комплексы упражнений для домашнего задания»;
 - «Знакомство с историей баскетбола»;
 - «Основные правила игры в баскетбол».

Кадровое обеспечение:

Для успешной реализации программы «Баскетбол» педагог должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по физической культуре и спорту, спортивный разряд по виду спорта «Баскетбол», либо профессиональную переподготовку в области физической культуры и спорта.

Педагог, реализующий данную программу, должен иметь следующие профессиональные и личностные качества:

- владеть навыками и приёмами организации физкультурно-спортивных занятий;
 - знать особенности физиологии и психологии детского возраста; - уметь вызывать у учащихся познавательный интерес к преподаваемому предмету;
 - уметь создавать комфортные условия для личностного развития учащихся;
 - систематически повышать уровень своего педагогического мастерства.
- Таким образом, программу реализует квалифицированный педагог дополнительного образования с личными качествами: любовь к детям, доброта, коммуникабельность, творчество.

2.3. Формы аттестации и контроля

Формы аттестации.

Программа предусматривает вводную, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения учащихся. В начале года проводится вводное тестирование по общей физической подготовке. В течение учебного года промежуточная. Итоговая аттестация проводится по окончании обучения по программе по всем разделам учебного плана.

Основные формы аттестации являются:

- теория (аттестация по теоретической подготовке в форме собеседования);
- сдача контрольных нормативов (для определения уровня общей, специальной подготовленности);
- мониторинг индивидуальных достижений учащихся (определение уровня технико-тактической подготовленности).

Текущий контроль проводится в течение учебного года на каждом занятии с целью проверки результативности обучения и оперативного управления образовательным процессом.

Формы отслеживания результатов: протокол соревнований, выписки, анализ участия в соревнованиях.

Формы предъявления и демонстрации результатов: проведение соревнований, анализ соревновательной и тренировочной деятельности, самоподготовка.

2.4. Оценочные материалы

Критерии оценки успеваемости учащихся по программе

При оценивании успеваемости по разделам программы «Баскетбол» учитываются такие показатели:

1. Теоретические занятия.

Глубина и полнота ответа, умение использовать их применительно к конкретным случаям в занятиях физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Критерий оценка «Отлично» за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.

Критерий оценка «Хорошо» за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Критерий оценки «Удовлетворительно» получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Критерий оценка «Неудовлетворительно» выставляется за непонимание и незнание материала занятия.

2. Техника владения двигательными умениями и навыками.

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для демонстрации двигательного действия, выполнение контрольных упражнений и комбинированный метод.

Критерий оценки «Отлично» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; обучающиеся по заданию тренера используют их в нестандартных условиях;

Критерий оценки «Хорошо» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;

Критерий оценки «Удовлетворительно» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. Обучающийся по заданию учителя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях;

Критерий оценки «Неудовлетворительно» — двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

3. Владение способами и умение осуществлять учебно-тренировочную деятельность.

Критерий оценки «Отлично» Обучающийся умеет:

- самостоятельно организовать место занятий;
- подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;
- контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги

Критерий оценки «Хорошо» Обучающийся:

- организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;
- допускает незначительные ошибки в подборе средств;
- контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.

Критерий оценки «Удовлетворительно» Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью тренера или не выполняется один из пунктов.

Критерий оценки «Неудовлетворительно» Обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

4. Уровень физической подготовленности обучающихся.

Критерий оценки «Отлично» - исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой, которая отвечает требованиям и обязательного минимума содержания обучения по программе, и высокому приросту обучающегося в показателях физической, технической и тактической подготовленности за определенный период времени.

Критерий оценки «Хорошо» - исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста.

Критерий оценки «Удовлетворительно» - исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.

Критерий оценки «Неудовлетворительно» - обучающийся не соответствует уровню подготовленности, нет темпа роста показателей физической, технической и тактической подготовленности.

Общая оценка успеваемости складывается по всем разделам программы – путем сложения оценок, полученных обучающимся и оценок за выполнение контрольных упражнений и выводится средний балл подготовленности по программе.

Контрольные нормативы для определения технической подготовленности в баскетболе.

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных заданий, тестирование, участие в соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний, физической подготовленности и технико-тактических нормативов проводится посредством опроса, беседы, тестирования по физической подготовке и теоретической подготовке, выполнения технико-тактических нормативов.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и физической подготовленности обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 3-х модулей.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,

- наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- участие в соревнованиях в течение года.

Формы подведения итогов

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

Текущий - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью обучающихся в процессе занятий.

Промежуточный- выполнение упражнений

Итоговый - сдача нормативов.

Система отслеживания и оценивания результата обучения занимающихся

Тестирование физической подготовленности, технико-тактических нормативов и интегральной подготовки позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях.

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «баскетбол»

По технико-тактической подготовке. Знать и уметь выполнять основные элементы техники и тактики в соответствии с программным материалом. Выполнять на оценку прием, защиту, контрприем, комбинации технических действий в соответствии с программным материалом каждого года обучения.

По психологической подготовке. Соблюдение режима дня. Ведение дневника самоконтроля выполнение упражнений различной трудности, требующих проявления волевых качеств.

По теоретической подготовке. Знать и уметь применять на практике программный материал.

Методические указания по организации промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

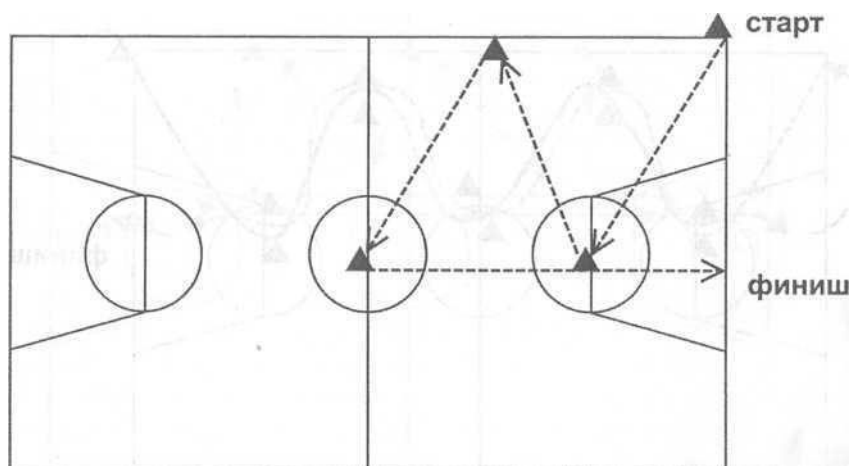
- *Бег на 30 м* выполняется в спортивной обуви. В каждом забеге участвуют не менее двух обучающихся, результаты регистрируются с точностью до десятой доли секунды. Разрешается только одна попытка, время фиксируется с точностью до 0,1 с.
- *Челночный бег 3*10 м* выполняется из исходного положения «Высокий старт». На ровной площадке отмеряется дистанция 10 метров; проводится четко видимая линия старта и финиша; движение осуществляется бегом до линии отметки 10 метров, достигнув которую обучающийся должен коснуться линии рукой; касание является сигналом выполнения одного из элементов выполнения норматива, сделав касание, обучающийся должен развернуться и проделать обратный путь, снова заступив за линию, это будет являться сигналом преодоления второго участка дистанции; по такому же принципу преодолевается и последний участок дистанции.
- *Прыжки в длину с места.* Проводятся на нескользкой поверхности. Обучающийся встает у стартовой линии в исходное положение, ноги параллельно. Толчком двумя ногами и взмахом рук совершает прыжок. Приземление происходит одновременно на обе ноги на покрытие, исключая жесткое приземление. Измерение осуществляется по отметке, расположенной ближе к стартовой линии, записывается лучший результат из трёх попыток в сантиметрах.
- *Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.* Выполняется из исходного положения: упор лёжа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Обучающийся, сгибая руки, касается грудью пола затем, разгибая руки, возвращается в исходное положение.

Указания к выполнению контрольных испытаний

Описание тестов *Техническая подготовка*

1. Передвижение
2. Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра испытуемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление. От центральной линии выполняет рывок лицом вперед к лицевой линии на исходную позицию. Фиксируется общее время (с). Для всех групп одинаковое задание.

Инвентарь: 3 стойки



2. Скоростное ведение

Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра дриблер начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки), выполняет перевод мяча на правую руку, проходит внутри ворот и т. д. Каждый раз, проходя ворота, игрок должен выполнить перевод мяча и менять ведущую руку. Преодолев последние, пятые ворота, игрок выполняет ведение правой рукой и бросок в движении на 2-х шагах (правой рукой). После броска игрок снимает мяч с кольца и начинает движение в обратном направлении, только ведет правой рукой, а в конце, преодолев последние ворота, выполняет ведение левой рукой и бросок в движении на 2-х шагах левой рукой.

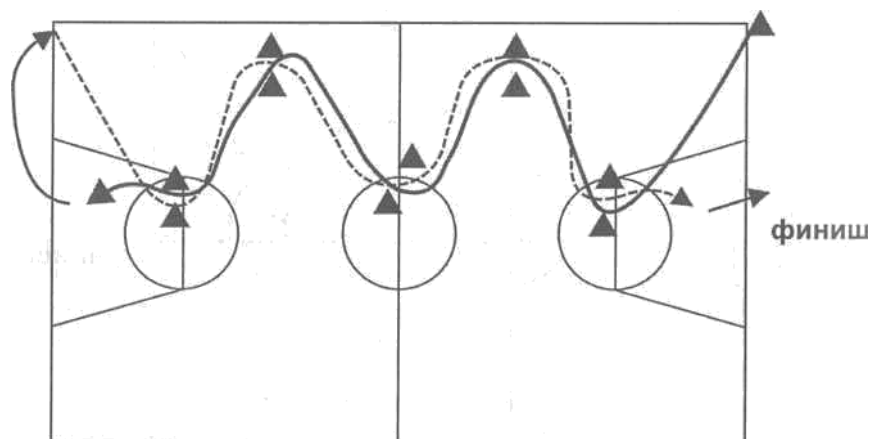
Инвентарь: 10 стоек, 1 баскетбольный мяч

Общеметодические указания (ОМУ):

1) для ГНП

- перевод выполняется с руки на руку

задание выполняется 2 дистанции (4 броска)



3. Передачи мяча

Игрок стоит лицом к центральному кольцу. Выполняет передачу в щит, снимает мяч в высшей точке и передает его помощнику № 1 левой рукой и начинает движение к противоположному кольцу, получает обратно мяч и передает его помощнику № 2 левой рукой и т. д.

После передачи от помощника № 3 игрок должен выполнить атаку в кольцо. Снимает свой мяч и повторяет тот же путь к противоположному кольцу, отдавая передачи правой рукой.

ОМУ:

1) для ГНП

- передачи выполняются одной рукой от плеча

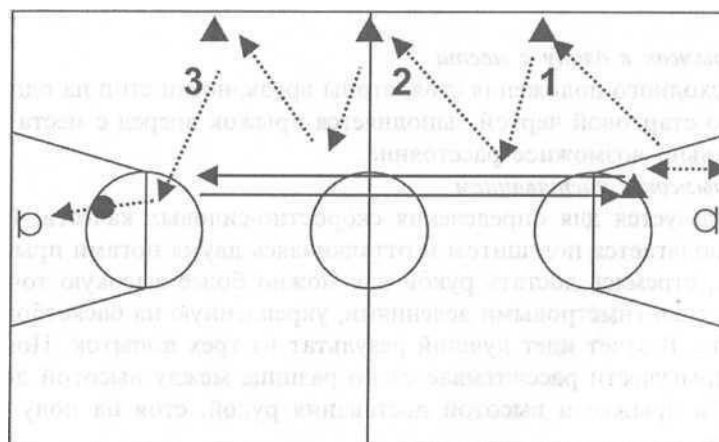
- задание выполняется 2 дистанции (4 броска)

Фиксируется общее время выполнения и количество попаданий.

В протокол записывается время, за каждый забитый мяч отнимается 1 с Г Пр.30^М + 2 = 28^М1.

Л 2

Инвентарь: 1 баскетбольный мяч



4. Броски с дистанции

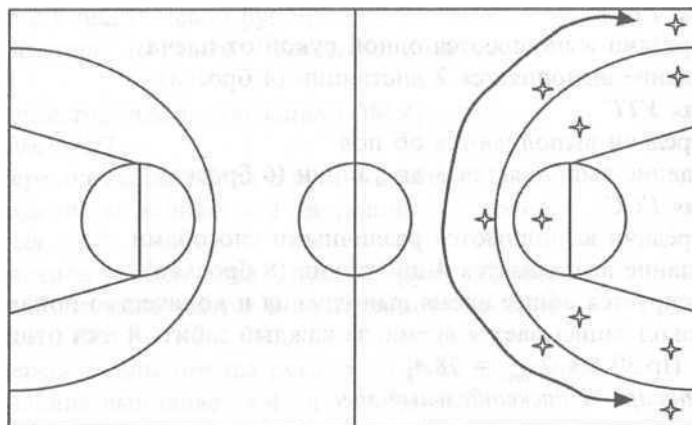
Для ГНП.

Игрок выполняет 10 бросков с 5 указанных точек 2 раза

- туда и обратно.

Фиксируется количество попаданий.

Фиксируется количество бросков и очков.



Физическая подготовка

1. Прыжок в длину с места

Из исходного положения стоя, стопы врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой выполняется прыжок вперед с места на максимально возможное расстояние.

2. Прыжок с доставанием

Используется для определения скоростно-силовых качеств. Игрок располагается под щитом и отталкиваясь двумя ногами прыгает вверх, стремясь достать рукой как можно более высокую точку на ленте с сантиметровыми делениями, укрепленную на баскетбольном щите. В зачет идет лучший результат из трех попыток. Показатель прыгучести рассчитывается по разнице между высотой доставания в прыжке и высотой доставания рукой, стоя на полу на носочках.

3. Бег 40 с

Из положения высокого старта по сигналу арбитра выполняются рывки от лицевой до лицевой линии в течение 40 с. По окончании времени фиксируется количество пройденных дистанций.

4. Бег 300 м, 600 м, 1000 м или тест Купера

Общая физическая подготовка

Прыжок в длину с места.

Высота подскока.

Бег 20 м.

Бег 40 с.

Бег 300 м (600 м, 1000 м или тест Купера).

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА.

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных заданий, тестирование, участие в соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний, физической подготовленности и технико-тактических нормативов проводится посредством опроса, беседы, тестирования по физической подготовке и теоретической подготовке, выполнения технико-тактических нормативов.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и физической подготовленности обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 3-х модулей.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- участие в соревнованиях в течение года.

Формы подведения итогов

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

Текущий - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью обучающихся в процессе занятий.

Промежуточный- выполнение упражнений

Итоговый - сдача нормативов.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения занимающихся

Тестирование физической подготовленности, технико-тактических нормативов и интегральной подготовки позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и

условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях.

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Контрольные нормативы по физической подготовке

	Физические способности Возраст 9-10 лет	Контрольные нормативы	Уровень направленности					
			мальчики			девочки		
			старт овый	базовый	продви нутый	стартовый	базовый	продви нутый
Обязательные испытания (тесты)								
1.	Скоростные	Бег на 30м (с)	6,2	6,0	5,4	6,4	6,2	5,6
2.	Выносливость	Бег на 1000 м (мин/с)	6,10	5,50	4,50	6,30	6,20	5,10
3.	Силовые	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	-	-	-	7	9	15
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10	13	22	-	-	-

4.	<i>Гибкость</i>	Наклон вперед из положения стоя на гимнастическо й скамье (от уровня скамьи - см)	+2	+4	+8	+3	+5	+11
Испытания (тесты) по выбору								
5.	<i>Скоростносиловые</i>	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	140	160	120	130	150
6.		Метание мяча весом 150 г (м)	19	22	27	13	15	18
7.	<i>Силовые</i>	Поднимание туловища лежа на спине (колво раз за 1 мин)	27	32	42	24	27	36

Возраст 11-13 лет	Физические способности	Контрольные нормативы	Уровень направленности					
			мальчики			девочки		
			стартовый	базовый	продвину- тый	стартовый	базовый	продвину- тый
Обязательные испытания (тесты)								
1.	Скоростные	Бег на 30м (с)	5,7	5,5	5,1	6,0	5,8	5,3
2.	Выносливость	Бег на 1500 м (мин/с)	8,20	8,05	6,50	8,55	8,29	7,14
		Или бег на 2000 м (мин, с)	11,10	10,20	9,20	13,00	12,10	10,40
3.		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	-	-	-	9	11	17
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	13	18	28	-	-	-
4.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	+3	+5	+9	+4	+6	+13
Испытания (тесты) по выбору								
5.	Координационные	Челночный бег 3x10 м (с)	9,0	8,7	7,9	9,4	9,1	8,2
6.	Скоростносиловые	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	180	135	145	165
7.		Метание мяча весом 150 г (м)	24	26	33	16	18	22
8.	Силовые	Поднимание туловища лежа на спине (колво раз за 1 мин)	32	36	46	28	30	40

	Физические способности Возраст 13-15 лет	Контрольные нормативы	Уровень направленности					
			мальчики			девочки		
			стартовый	базовый	продвину- тый	стартовый	базовый	продвину- тый
Обязательные испытания (тесты)								
1.	Скоростные	Бег на 30м (с)	5,3	5,1	4,7	5,6	5,4	5,0
2.	Выносливость	Бег на 2000 м (мин/с)	10,00	9,40	8,10	12,10	11,40	10,00
3.	Силовые	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	6	8	12	-	-	-
		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз)	—	—	—	10	12	18
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	20	24	36	—	—	—
4.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	+4	+6	+11	+5	+8	+15
Испытания (тесты) по выбору								
5.	Координацион- ные	Челночный бег 3х10 м (с)	8,1	7,8	7,2	9,0	8,8	8,0
6.		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	190	215	150	160	180
7.		Метание мяча весом 150 г (м)	30	34	40	19	21	27
8.	Силовые	Поднимание туловища лежа на спине (колво раз за 1 мин)	35	39	49	31	34	43

Технические приемы игры	Этапы начальной подготовки	
	1	2 - 3
Прыжок толчком двух ног	+	+
Прыжок толчком одной Ноги	+	+
Остановка прыжком		
Остановка двумя шагами		
Повороты вперед	+	+
Повороты назад	+	+
Ловля двумя руками на месте	+	+
Ловля двумя руками в движении		+
Ловля двумя руками в прыжке		+
Ловля двумя при встречном движении		+
Ловля двумя при поступательном движении		+
Ловля двумя при движении сбоку		+
Ловля одной на месте		+
Ловля одной рукой в движении		+
Ловля одной рукой в прыжке		+
Ловля одной рукой при встречном движении		+
Ловля одной рукой при поступательном движении		+
Ловля одной рукой при движении сбоку		+
Передача двумя руками сверху	+	+
Передача двумя руками от плеча (с отскоком)	+	+
Передача двумя руками от груди (с отскоком)	+	+
Передача двумя руками снизу (с отскоком)	+	+

Передача двумя руками с места	+	
Передача двумя руками в движении		+
Передача двумя руками в прыжке		+
Передача двумя руками (встречные)		+
Передачи двумя руками (поступательные)		+
Передача двумя руками на одном уровне		+
Передача двумя руками (сопровождающие)		+
Передача одной рукой Сверху		+
Передача одной рукой от головы		+
Передача одной рукой от плеча (с отскоком)		+
Передача одной рукой Сбоку (с отскоком)		+
Передача одной рукой Снизу (с отскоком)		+
Передача одной рукой с Места (с отскоком)	+	+
Передача одной рукой в движении		+
Передача одной рукой в прыжке		+
Передача одной рукой (встречные)		+
Передача одной рукой (поступательные)		+
Передача одной рукой на одном уровне		+
Передача одной рукой (сопровождающие)		+
Ведение с высоким отскоком	+	+
Ведение с низким отскоком	+	+
Ведение со зрительным контролем	+	+

Ведение без зрительного контролем	+	+
Ведение на месте	+	+
Ведение по прямой	+	+
Ведение мяча по дугам	+	+
Ведение мяча по кругам	+	+
Ведение зигзагом	+	+
Обводка соперника с изменением высоты отскока	+	+
Обводка соперника с изменением направления	+	+
Обводка соперника с изменением скорости	+	+
Обводка соперника с поворотом и переводом мяча	+	+
Обводка соперника с переводом под ногой	+	+
Обводка соперника за спиной	+	+
Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд (сочетание)	+	+
Броски в корзину двумя руками сверху	+	+
Броски в корзину двумя Руками от груди	+	+
Броски в корзину двумя Руками сверху	+	+
Броски в корзину двумя Руками сверху вниз	+	+
Броски в корзину двумя Руками (добивание)	+	+
Броски в корзину двумя	+	+

Руками с отскоком от щита	+	+
Броски в корзину без отскока от щита	+	+
Броски в корзину двумя Руками с места	+	+
Броски в корзину двумя	+	+
Руками в движении	+	+
Броски в корзину двумя руками в прыжке	+	+
Дальние броски двумя руками в корзину	+	+
Средние броски в корзину двумя руками	+	+
Ближние броски в корзину двумя руками	+	+
Броски в корзину двумя руками прямо перед щитом	+	+
Броски в корзину двумя руками под углом к щиту	+	+
Броски в корзину двумя руками параллельно щиту	+	+
Броски в корзину двумя руками сверху	+	+
Броски в корзину одной рукой от плеча	+	+
Броски в корзину одной рукой снизу	+	+
Броски в корзину одной рукой сверху вниз	+	+
Броски в корзину одной рукой (добивание)	+	+
Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита	+	+
Броски в корзину одной рукой с места	+	+
Броски в корзину одной рукой в движении	+	+
Броски в корзину одной рукой в прыжке	+	+
Дальние броски в корзину	+	+

одной рукой		
Средние броски в корзину одной рукой	+	+
Ближние броски в корзину одной рукой	+	+
Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом	+	+
Броски в корзину одной рукой под углом к щиту	+	+
Броски в корзину одной рукой параллельно щиту	+	+

Тактические приемы игры	Этапы начальной подготовки		
	1	2	3
Выход для получения мяча	+	+	
Выход для отвлечения мяча			
Розыгрыш мяча	+	+	
Атака корзины			
Передай мяч и выходи		+	+
Заслон	+	+	+
Наведение	+	+	+
Пересечение			+
Треугольник		+	+
Тройка		+	+
Малая восьмерка			+
Скрестный выход			+
Сдвоенный заслон			
Наведение на двух игроков			+
Система быстрого прорыва			
Система эшелонированного прорыва			+
Система нападения через центрального			+
Система нападения без центрального			+
Игра в численном большинстве			+

Игра в меньшинстве			+
--------------------	--	--	---

2.5. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы (Учебно-методический комплекс)

Описание методов и приемов обучения

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

а) по источнику материала:

- словесные,
- наглядные, - практические;

б) по характеру обучения:

- объяснительно-иллюстративные;

в) по логике изложения и восприятия нового знания: индуктивные и дедуктивные;

г) по степени взаимодействия педагога и учащихся:

- активные.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности:

а) методы стимулирования интереса к учению;

б) методы стимулирования долга и ответственности.

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебнопознавательной деятельности:

а) методы устного контроля и самоконтроля;

б) методы практического контроля и самоконтроля.

Перечень видов учебных занятий.

Тип учебного занятия	Виды учебных занятий
Открытия нового знания (изучения нового материала) Цели: Деятельностная: научить детей новым способам нахождения знания, ввести новые понятия, термины. Содержательная: сформировать систему новых понятий, расширить знания учеников за счет включения новых определений, терминов, описаний.	Учебнотренировочное занятие , беседа, лекция

	Рефлексия (закрепления изученного материала) Цели: Деятельностная: формировать у учеников способность к рефлексии коррекционноконтрольного типа, научить детей находить причину своих затруднений, самостоятельно строить алгоритм действий по устранению затруднений, научить самоанализу действий и способам нахождения разрешения конфликта. Содержательная: закрепить усвоенные знания, понятия, способы действия и скорректировать при необходимости.	Собеседование, консультация, самостоятельная работа, практическая работа
	Общеметодологическая направленность (обобщения и систематизации знаний) Цели: Деятельностная: научить детей структуризации полученного знания, развивать умение перехода от частного к общему и наоборот, научить видеть каждое новое знание, повторить изученный способ действий в рамках всей изучаемой темы. Содержательная: научить обобщению, развивать умение строить теоретические предположения о дальнейшем развитии темы, научить видению нового знания в структуре общего курса, его связь с уже приобретенным опытом и его значение для последующего обучения.	Обсуждение, беседа, учебнотренировочные занятия, мастеркласс.
	Развивающий контроль (оценки и коррекции знаний) Цели: Деятельностная: научить детей способам самоконтроля и взаимоконтроля, формировать способности, позволяющие осуществлять контроль. Содержательная: проверка знания, умений, приобретенных навыков и самопроверка учащихся.	Зачет, тестирование, соревнования

Учебно-методическое обеспечение:

№п/п	Тема	Форма организа ции занятий	Методы и приемы.	Используй мые материалы	Формы подведе ния итогов
1	ОФП	Беседа, учебно-тренировочное занятие, диагностика	Методы: Словесный, наглядный, практически. Приемы: Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	Оборудование: Шведские стенки, скамейки гимнастические, эспандеры. Методические материалы: Журналы, картинки, карточки	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация
2	СФП	Инструктаж, практическое, контрольное занятие, игровое занятие, учебно-тренировочное занятие, соревнования	Методы: Словесный, наглядный, практически. Приемы: Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	Оборудование Гимнастические маты, гимнастическая стенка, скакалки, гимнастическая скамейка Методические материалы: Журналы, картинки, видеозаписи.	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация

3	Техника перемещений, ударов, подачи, отбивания мяча.	Рассказ, учебно-тренировочное занятие, комбинированное занятие, контрольное занятие.	Методы: Словесный, наглядный, практический, работа по образцу Приемы: Объяснение, повторение, демонстрация, выполнение практических упражнений, выполнение контрольных заданий.	Оборудование: столы, ракетки, мячи, мячи различных размеров, кубики, кегли, тренажер, мишени настольные. Методические материалы: Журналы, картинки, видеозаписи	Обсуждение, обобщение знаний, контрольное задание, диагностика, аттестация
4	Соревновательная подготовка	Беседа, инструктаж, интегральная подготовка, соревнования.	Методы: Словесный, наглядный, практический. Приемы: Объяснение, демонстрация, выполнение практических упражнений.	Оборудование: столы, сетки, ракетки Методические материалы: видеозаписи, схемы, таблицы	Обсуждение, обобщение знаний, анализ.
5	Подвижные игры	Инструктаж, игровое занятие	Методы: Соревновательный - игровой, словесный Приемы: объяснение, демонстрация	Оборудование: Мячи, кегли, кубики, инвентарь для подвижных игр.	Обсуждение.

6	Контрольные занятия	Беседа, инструктаж, практическое занятие, тренировочные занятия	Метод соревновательно-игровой, практический	Оборудование: Столы, сетки, ракетки Методические материалы: видеозаписи, схемы, таблицы	Обсуждение, обобщение знаний, анализ.
---	---------------------	---	---	--	---------------------------------------

Особенности структуры учебного занятия
(«Алгоритм учебного занятия») - краткое описание структуры занятия и его этапов (при необходимости)

Структура занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной (разминка), основной и заключительной.

****Примерное распределение времени на занятие 1 час.**

Часть занятия	Содержание	Длительность примерно
Подготовительная	Вынос и размещение инвентаря. Объяснение задач занятия. Общеразвивающие упражнения.	10 мин
Основная	Решение основных задач занятия: -обучение и совершенствование техники, тактики баскетбола -специальные игровые упражнения	30-25 мин
	Активный перерыв: подвижные игры.	10-15мин
Заключительная	Упражнения на восстановление Подведение итогов занятия	10 мин

Раздел 3. Рабочая программа воспитания

Воспитательная работа – обязательный аспект деятельности современного образовательного учреждения.

Цель воспитательной работы: формирование ценностных ориентаций обучающихся, определяющих общую гуманистическую направленность их личности, соответствующую насущным интересам личности и общества, принципам государственной политики в области образования; создание условий для саморазвития и самореализации личности обучающегося, его успешной социализации в обществе.

В связи с поставленной целью задачи определяются так:

- формирование и развитие коллектива;
- создание благоприятных психолого-педагогических условий для развития личности, самоутверждения каждого обучающегося, сохранения неповторимости и раскрытия его потенциальных способностей;
- формирование здорового образа жизни;
- организация системы отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива;
- защита прав и интересов обучающихся;
- организация системной работы с обучающимися;
- формирование у обучающихся нравственных смыслов и духовных ориентиров;
- организация социально значимой деятельности обучающихся.

Направления воспитательной работы

Правовое воспитание

Цель мероприятий: недопущения межнациональной вражды и экстремизма, правонарушений с разъяснением административной и уголовной ответственности подростков и их законных представителей, в целях повышения уровня правосознания.

Задачи мероприятий: Проведение профилактических бесед на темы толерантности, недопущения межнациональной вражды и экстремизма, правонарушений с разъяснением административной и уголовной ответственности подростков и их законных представителей, в целях повышения уровня правосознания несовершеннолетних.

Нравственное воспитание

Цель мероприятий: целенаправленное и систематическое воздействие на сознание, чувства и поведение воспитанников с целью формирования у них нравственных ценностей, соответствующих требованиям общественной морали.

Задачи мероприятий:

- возрождение нравственных ценностей;
- соблюдение единства воспитательных и практических задач;
- становление основ морали и нравственности;

- формирование гуманизма к окружающему;
- формирование потребности самосовершенствования;
- расширение кругозора, развитие морального суждения, обучение главным способам самостоятельного принятия решений.

Режим питания и отдыха. Спортивно-эстетическое воспитание

Цель мероприятий: формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);

Государственно-патриотическое воспитание

Цель мероприятий: воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях.

Здоровьесбережение. Профилактика вредных привычек

Цель мероприятий: развитие ценностей здорового образа жизни и уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья несовершеннолетних (через выделение основных мер профилактики последствий никотиновой, алкогольной и наркотической зависимостей).

Задачи мероприятий:

Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:

- формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов);
- подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;

Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:

- формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета).

Государственно-патриотическое воспитание

Цель мероприятий: воспитать ответственную личность, приверженную традиционным ценностям и уважающую религиозное и национальное многообразие Российской Федерации, воспитание твердой гражданской позиции, направленной на поддержание территориальной целостности РФ и восприятие интересов государства как своих собственных.

Задачи мероприятий: Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)

Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)

Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)

Цель мероприятий: Формирование основ обеспечения безопасности жизнедеятельности через различные формы воспитывающей деятельности, совершенствование форм и методов пропаганды правил безопасности жизнедеятельности, обучение учащихся, выработка практических навыков поведения в чрезвычайных ситуациях, формирование у учащихся устойчивых навыков соблюдения и выполнения.

Задачи мероприятий: научить ребенка ответственно относиться к себе и окружающим людям, уметь предвидеть и распознавать опасности, соблюдать несложные правила личной безопасности, выработать модели поведения в экстремальных ситуациях.

Работа с одаренными детьми. Развитие творческого мышления

Цель мероприятий: формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов. развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения, правомерное поведение болельщиков, расширение общего кругозора юных спортсменов;

Задачи мероприятий: Формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов;

- развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения;

- правомерное поведение болельщиков;

- расширение общего кругозора юных спортсменов.

Работа с родителями

Цель мероприятий: психолого-педагогическое просвещение родителей, создание условий, при которых ребенок может обрести возможности, позволяющие справляться с различными трудными ситуациями, противостоять рискам. Это возможно сделать, если в организации создается единое поле понимания, ценностей, идей.

Задачи мероприятий:

Сбор сведений и обновление данных о социальном составе обучающихся

-выявление детей из социально-незащищенной категории;

-выявление детей «группы риска» (склонных к непосещению занятий в школе, уклонению от учебы, грубых в отношении учителей и сверстников, находящихся

без контроля родителей);

-выявление неблагополучных семей.

Ознакомление родителей с «телефоном доверия»

Профориентационная деятельность.

Цель мероприятий: комплекс психолого-педагогических мер, направленный на профессиональное самоопределение обучающегося.

Задачи мероприятий:

Судейская практика: Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:

- практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта;

- приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований;

- приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований;

- формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;

Инструкторская практика.

Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:

- освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора;

- составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей;

- формирование навыков наставничества;

- формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам;

- формирование склонности к педагогической работе

СЕНТЯБРЬ

п/	Разделы плана	Название мероприятий	Форма и сроки проведения
----	---------------	----------------------	--------------------------

п			
1	Правовое воспитание	Беседа на тему: «Мои права и обязанности»	Беседа
2	Нравственное воспитание	Городские соревнования, посвященные «Памяти друзей»	Соревнования
3	Режим питания и отдыха. Спортивно-эстетическое воспитание	Беседа на тему: Влияние физических упражнений на организм человека	Беседа
4	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа: «3 сентября – День солидарности в борьбе с терроризмом»	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта Соревнования Церемонии открытия, закрытия, награждения
5	Здоровьесбережение. Профилактика вредных привычек	Беседа: «11 сентября – День трезвости»; «Алкоголизм – добровольное безумие»	Беседа
6	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность	Профилактическое мероприятие «Неделя безопасности» Профилактическое мероприятие «Неделя безопасности» Профилактическая акция «Внимание – дети!» Проведение инструктажей по технике безопасности, по пожарной безопасности, по правилам дорожного движения, по охране труда, медицинскому и самоконтролю Проведение занятий с обучающимися по действиям в возникновения пожара и других чрезвычайных ситуаций; День солидарности в борьбе с Терроризмом. Беседа: «Вместе против террора» Показ роликов по профилактике экстремизма Беседа: «На улицах города»	Беседа Инструктаж Просмотр видеофильмов Распространение памяток
7	Работа с одаренными детьми. Развитие творческого мышления	Проведение внутришкольных соревнований с целью выявления одаренных обучающихся для участия в соревнованиях различного уровня согласно календаря спортивно-массовых мероприятий (все группы)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления Соревнования

8	Работа с родителями	Проведение родительского собрания. (Все группы) Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости)	Родительское собрание Беседа
9	Профориентационная деятельность	Работа в качестве помощника судьи на соревнованиях Организация и проведение учебно- тренировочного занятия в качестве помощника тренера	Консультация Соревнования Тренировочное занятие Консультация Проигрывание ситуаций Индивидуальная работа Работа в парах и т.д.

ОКТЯБРЬ

п/ п	Разделы плана	Мероприятия	Форма и сроки проведения
1	Профилактика вредных привычек	Месячник профилактики наркозависимости среди обучающихся Проведение профилактических бесед на темы ЗОЖ, опасности наркомании, алкоголизма табакокурения с разъяснением административной и уголовной ответственности подростков и их законных представителей, в целях повышения уровня правосознания несовершеннолетних. Декада профилактических мероприятий приуроченных ко Всемирному дню борьбы со СПИДом	Октябрь Беседа Соревнования Просмотр видеороликов
2	Правовое воспитание	Беседа на тему профилактики экстремистских проявлений, формированию законопослушного толерантного поведения обучающихся. Беседа: «Конфликт. Поведение в конфликтной ситуации».	Беседа
3	Нравственное воспитание	Воспитание нравственных и волевых качеств спортсменов	Беседа
4	Спортивно- эстетическое воспитание	Влияние физических упражнений на организм спортсмена	Беседа

5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Беседа: «Правила поведения при угрозе террористического акта» Беседа по безопасности на дорогах «Дорожные знаки» Просмотр видеоролика для детей о правилах ПБ Профилактическая Акция «Внимание – дети!»	Беседа Просмотр видеороликов Викторина
6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа: «1 октября – День пожилых людей» Беседа: «11 октября – День Республики Башкортостан» Соревнования, посвященные Дню Республики Беседа «Флаг. Герб. Гимн»	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие в соревнованиях различного уровня согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями Мероприятия, направленные на профилактику коррупции	Распространение памяток для родителей «Если у Вас требуют взятку» Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости) направленные на защиту детей от информации, размещенной в сети интернет, причиняющей вред их здоровью.	Беседа Распространение памяток

НОЯБРЬ

п/п	Разделы плана	Мероприятия	Форма и сроки проведения
1	Правовое воспитание	Беседа по профилактике правонарушений «Права и обязанности»	Беседа
2	Нравственное воспитание	Беседа: «16 ноября – Международный день толерантности», «Нравственность – сила нации»	Беседа
3	Профилактика вредных привычек	Проведение профилактических бесед на темы ЗОЖ «Наркотики: жизнь до и после» Профилактическое мероприятие «Сообща, где торгуют смертью»	Беседа
4	Спортивно-эстетическое воспитание	Состояние и развитие спорта в России (все группы)	Беседа, лекция
5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного	Проведение тематической беседы по профилактике терроризма и экстремизма, посвященной Международному дню толерантности Беседа: «Терроризм – угроза	Беседа Викторина Распространение

	травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	обществу» Викторина «Пешеход» Беседа с детьми по профилактике суицида (все группы) Распространение памяток для обучающихся «Безопасный интернет – детям»	памяток
6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа на тему: «4 ноября – День народного единства» Беседа на тему: «24 ноября – День матери в России» Соревнования, посвященные Дню Матери	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие в соревнованиях различного уровня согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями Мероприятия, направленные на профилактику коррупции	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости) Распространение памяток для родителей «Это важно знать!»	Индивидуальные беседы

ДЕКАБРЬ

№ п/п	Разделы плана	Мероприятия	Форма и сроки проведения
1	Правовое воспитание	Тематическая беседа по вопросам культуры толерантности: «Давайте дружить» Показ роликов по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних Беседа с обучающимися о значении «телефона доверия»	Беседа Показ видеороликов
2	Профилактика вредных привычек	Беседа на тему: «1 декабря – Международный день борьбы со СПИДом» Проведение профилактической беседы приуроченных ко Всемирному дню борьбы со СПИДом	Беседа Просмотр видеороликов
3	Спортивно-эстетическое воспитание	Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Влияние физических упражнений на организм спортсмена	Беседа, лекция
4	Нравственное воспитание	Тематические беседы с примерами из истории дружбы и товарищества, оказание посильной помощи товарищам, попавшим в непростую жизненную ситуацию	Беседа

5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Инструктаж с обучающимися по ТБ, ПБ, ПДД, личной безопасности перед каникулами, поездками на соревнования, экскурсиями, походами выходного дня. Беседа на тему: «Сущность терроризма» Профилактическая Акция «Внимание – дети!»	Инструктаж Беседа Викторина
6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа на тему: «12 декабря - День Конституции Российской Федерации» Соревнования «Новогодний турнир»	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости). Обсуждение на темы обеспечения безопасного поведения детей на дорогах, соблюдения перевозки детей, с разъяснением возможных уголовно – правовых последствий за неисполнение или ненадлежащее обязанностей по содержанию и воспитанию детей.	Индивидуальные беседы

ЯНВАРЬ

№ п/п	Разделы плана	Мероприятия	Форма и сроки проведения
1	Правовое воспитание	Тематическая беседа по вопросам культуры толерантности: «Нам надо лучше знать друг друга»	Беседа
2	Профилактика вредных привычек	Показ роликов «Мы за ЗОЖ»	Показ видеороликов
3	Нравственное воспитание	Проведение походов выходного дня Экскурсия в лес (кормление птиц и белок, катание на горках) Посещение стадиона «Торпедо» (катание на коньках) Подвижные игры, эстафеты и конкурсы для детей на центральной городской ёлке	Беседа Подвижные игры, эстафеты и конкурсы Экскурсия
4	Спортивно-эстетическое воспитание	Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена	Беседа, лекция

5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Беседа с детьми, проведение инструктажей по технике безопасности, по пожарной безопасности, по правилам дорожного движения, по охране труда, медицинскому и самоконтролю	Инструктаж Беседа Викторина
6	Государственно-патриотическое воспитание	Участие в республиканских соревнованиях Детско-юношеское первенство РБ	Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями	Распространение раздаточного материала для родителей по медиа-безопасности «Где гуляют ваши дети?»	Распространение памяток

ФЕВРАЛЬ

№ п/п	Разделы плана	Мероприятия	Форма и сроки проведения
1	Правовое воспитание	Профилактическая Акция «Закон и подросток»	Беседа, викторина, показ видеороликов
2	Нравственное воспитание	Встреча с участниками боевых действий	Встреча
3	Профилактика вредных привычек	Показ роликов «Подумай что дороже»	Показ видеороликов
4	Спортивно-эстетическое воспитание	Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.	Беседа, лекция
5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Беседа по личной безопасности «Один дома» Беседа: «Меры предосторожности и правила поведения на льду» Проведение тематической беседы по профилактике терроризма и экстремизма «Молодежные и экстремистские организации и их опасность для общества»	Беседа Распространение памяток

6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа на тему: «23 февраля – День защитника Отечества» Мероприятие месячника оборонно-массовой работы Республиканские соревнования посвященные Дню защитника Отечества	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости)	Индивидуальные беседы

МАРТ

№ п/п	Разделы плана	Мероприятия	Форма и сроки проведения
1	Правовое воспитание	Тематическая беседа по вопросам культуры толерантности: «Все мы разные, но все мы заслуживаем счастья»	Беседа Распространение памяток
2	Нравственное воспитание	Беседа на тему: «Ты да я такие разные, но...»	Беседа
3	Профилактика вредных привычек	Беседа на тему: «1 марта – Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом»	Беседа
4	Спортивно-эстетическое воспитание	Влияние физических упражнений на организм спортсмена	Беседа, лекции
5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Показ роликов по профилактике ДДТТ Проведение беседы с обучающимися направленными на защиту детей от информации, размещенной в сети интернет, причиняющей вред их здоровью. Беседа на тему: «Безопасность в интернете» Профилактическая Акция «Внимание – дети!»	Показ видеороликов Беседа Распространение памяток
6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа на тему: «8 марта – Международный женский день» Соревнования, посвященные Международному женскому дню	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости) направленные на защиту детей от	Индивидуальные беседы

		информации, размещенной в сети интернет, причиняющей вред их здоровью.	
АПРЕЛЬ			
1	Правовое воспитание	Просмотр роликов по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних	Просмотр видеороликов Беседа
2	Нравственное воспитание	Всемирный день здоровья, под девизом «Я выбираю здоровый образ жизни»	Беседа Распространение памяток
3	Профилактика вредных привычек	Проведение профилактических бесед на темы ЗОЖ, опасности наркомании, алкоголизма табакокурения с обучающимися «Неделя здоровья»	Беседа Спортивная эстафета
4	Спортивно-эстетическое воспитание	Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие баскетбола в России.	Беседа, лекции
5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Беседы о профилактике клещевого энцефалита и геморрагической лихорадки. Инструктаж по ТБ «Правила поведения в чрезвычайных ситуациях» Профилактическая Акция «Закрой окно – в доме ребенок» Беседа на тему: «30 апреля – День пожарной охраны» Просмотр видеороликов для детей о правилах ПБ	Беседа Распространение памяток Просмотр видеороликов
6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа на тему: «12 апреля – День космонавтики» Соревнования, посвященные «Дню космонавтики»	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости). Обсуждение на темы обеспечения безопасного поведения детей на дорогах, соблюдения перевозки детей, с разъяснением возможных уголовно – правовых последствий за неисполнение или ненадлежащее обязанностей по содержанию	Индивидуальные беседы

		и воспитанию детей.	
МАЙ			
1	Правовое воспитание	Тематическая беседа по вопросам культуры толерантности: «Профилактика и разрешение конфликтов»	Беседа
2	Нравственное воспитание	Тематические беседы примерами из истории дружбы и товарищества, оказание посильной помощи товарищам, попавшим в непростую ситуацию. Участие в профилактической Акции «Культура на дорогах: начни с себя!»	Беседа Распространение памяток
3	Профилактика вредных привычек	Показ роликов «Правда о синтетических наркотиках»	Показ видеороликов
4	Спортивно-эстетическое воспитание	Самостоятельные занятия дома и их значение	Беседа, лекции
5	Безопасность жизнедеятельности (профилактика дорожно-транспортного травматизма, медиабезопасность, профилактика экстремизма и терроризма, пожарная безопасность)	Беседы о профилактике клещевого энцефалита и геморрагической лихорадки. Профилактической Акции «Культура на дорогах: начни с себя!» Инструктаж по ТБ на открытых водоемах, открытых спортивных площадках. Инструктаж по ТБ на летние каникулы Профилактическая Акция «Внимание – дети!» Профилактическая Акция «Неделя безопасности дорожного движения»	Беседа Распространение памяток Инструктаж Викторина
6	Государственно-патриотическое воспитание	Беседа на тему: «09 мая – День Победы в ВОВ 1941-1945 гг.» Соревнования, посвященные Дню Победы в ВОВ 1941-1945 гг.	Беседа Соревнования
7	Работа с одаренными детьми	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря спортивно-массовых мероприятий	Соревнования
8	Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости). Итоговое родительское собрание, посвященное окончанию учебного года. Командные соревнования для воспитанников ДЮСШ и их родителей «Неразлучные друзья – взрослые и дети»	Беседа Соревнования Эстафета

Список литературы

I. Нормативно-правовые документы

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее - 273ФЗ);

2. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации № 629 от 27.07.2022г «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648.20. Санитарные правила, ...»);

6. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

7. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей». Протокол от 30.11.2016 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам;

8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

9. Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений нацеленных на научно-технологического и культурного развития страны» от 29.09.2023 № АБ 3935/06.

10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации (Минтруда России) от 22.09.2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

11. Устав МБУ ДО ДЮСШ городского округа город Нефтекамск;

II. Основная литература

1. Актуальные вопросы физической культуры и спорта: труды научно-исследовательского ин-та проблем физической культуры и спорта КубГАФК. Т.3 / КубГАФК; под ред. В.А. Якобашвили, А. И. Погребного. - Краснодар, 2023. - 306 с: ил.;

2. Аркаев Л. Я. Как готовить чемпионов: Теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации Л.Я. Аркаев, Н.Г. Сучилин. - М.: Физкультура и спорт, 2022. - 325 с.: ил. - Библиогр.: с. 315-321.;

3. Верхошанский Ю.В. Исследование закономерностей процесса становления спортивного мастерства в связи с проблемой оптимального управления многолетней тренировкой: автореф. дис... д-ра пед. наук. / Ю.В. Верхошанский; ВНИИФК. - М, 2022. - 29 с.;

4. Горохова В.Е. Теория и практика физической культуры. - 2023. - №5-С.22.;

5. Кудлин В.Я. Методика преподавания общеразвивающих упражнений: учебно-методическое пособие В.Я. Кудлин, Н.В. Захарова: МГАФК. - Малаховка, 2023. - 43 с. : ил. - Библиогр.: с. 43. - 37.26.;

6. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учеб.пособие / Б.Х. Ланда. - 2-е изд. - М.: Советский спорт, 2022. - 192 с.;

7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб.для ин-тов физ. культ. / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 2023. - 543 с.;

8. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. -Киев: Олимпийская температура, 2024. -320 с.;

9. Менхин Ю.В. Комбинированные и комплексные упражнения учебное пособие / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин ; МГАФК. - 2-е изд. - Малаховка, 2022. - 64 с. - 57.81.;

10. Михеев А.А. Развитие физических качеств спортсменов с применением метода стимуляции биологической активности организма :автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А.А. Михеев ; НИИФК Беларусь; РГУФК. - М., 2022. - 53 с. : ил. - Библиогр.: с. 43-53.;

11. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В.Н. Платонов. - М.: Физкультура и спорт, 2023. -286 с.;

12. Платонов В.Н. Теория спорта / В.Н. Платонов. - Киев: Вища школа, 2022. - 424 с.;

13. Примерная программа по баскетболу для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ

олимпийского резерва / составители: Барчукова Г.В., Воробьев В.А., Матыцин О.В. - М.: Федерация баскетбола России, 2022 - 141с.;

14. Современная система спортивной подготовки / под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М.: СААМ. 2023.-448 с.;

15. Хозяинова Д.А. Горская И.Ю. Методика оценки и совершенствования координационных способностей.- Омск 2023,-115с.;

16. Тихонов В.Н. Терминология общеразвивающих упражнений: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / В.Н. Тихонов: МГАФК. - 2-е изд. - Малаховка, 2022. - 80 с. : ил. - 40.45.17;

III. Дополнительный список

1. Терминология спорта: толковый словарь спортивных терминов / Сост. Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер. - М.: СпортАкадемПресс. 2023. - 480 с.;

2. Шипилина И.А. Баскетбол - история, выдающие спортсмены.- Краснодар 2022г. - 66с.;

3. Правила соревнования по баскетболу: Федерация баскетбола России. - Москва 2022г.-47 с.;

4. Журнал «Баскетбол».

IV. Интернет-ресурсы

<https://videouroki.net/razrabotki/mietodichieskaia-razrabotka-tiekh№ika-biezopas№osti-№a-za№iatiiakh-fizichieskimi.html>;

<http://№sportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/12/19/os№ovy-metodiki-i-orga№izatsii-samostoyatel№ykh>;

<http://ducsh-4.ru/doc/tp.doc>;

<http://www.f№tb.ru/stab/pr1-4kls.doc>;

<http://www.f№tb.ru/stab/prdopobr.pdf>.

**Критерии и показатели оценки эффективности реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Общая физическая подготовка»**

Уровень освоения программы	Баллы	Показатели
Высокий уровень: освоения программы	9-10	Обучающийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной деятельности, составляющей содержание программы. Показывает отличное знание теоретического материала; владеет практически всеми умениями и навыками по основным разделам программы; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых затруднений; действует по четко обозначенным правилам; умеет анализировать ситуацию, делать выводы; может применять полученные знания в нестандартной ситуации.
Средний уровень: освоения программы	7-8	Обучающийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной деятельности, составляющей содержание программы; показывает хорошее знание теоретического материала; владеет практически умениями и навыками по основным разделам программы; выполнения комплекса упражнения предусмотренными программой; работает с оборудованием с помощью педагога; применяет знания в знакомой ситуации.
Низкий уровень освоения программы	6	Обучающийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной деятельности, составляющей содержание программы; показывает слабое знание теоретического материала; слабо владеет практически умениями и навыками по основным разделам программы; испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием.

Максимальное количество баллов по критерию -10

**Критерии оценки и показатели сформированности
личностных качеств**

Критерии оценки	Баллы	Показатели
Сформированность гражданской идентичности.	0-2	<i>Высокий уровень:</i> -сформированность гражданской идентичности выражается на когнитивном (познавательном) «Я знаю», эмоциональном- «Я люблю и горжусь», ценностном «я ценю и уважаю» и деятельностном уровне- «Я делаю»(готов сделать) -2 балла. <i>Средний уровень:</i> -представление имеется, но отличается фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «Гражданин», «Национальная принадлежность», «Культура моего народа», -1 балл. <i>Низкий уровень:</i> -слабое представление о своей гражданской и этнокультурной принадлежности - 0 балл.
Сформированность духовно-нравственных ценностей	0-2	<i>Высокий уровень:</i> -сформированность духовно-нравственных ценностей выражается в усвоении и соблюдении социальных норм, правил поведения, в осознанном отношении к своим поступкам с морально-нравственных позиций, уважительном отношении к личности другого -2 балла <i>Средний уровень:</i> - сформированность духовно-нравственных ценностей наблюдаются слабо, к своим поступкам относится с морально-нравственных позиций, уважительно относится к личности другого -1 балл. <i>Низкий уровень:</i> Равнодушно относится к общекультурным духовно-нравственным ценностям общества; знает, что

		представляют собой культурные формы поведения(культура речи, уважение других культур)- 0 балл
Сформированность личностного смысла в учении и непрерывном образовании.	0-2	<i>Высокий уровень:</i> -хорошо сформированная познавательная потребность , которая имеет характер целенаправленной деятельности ;преобладают внутренние(личностные) мотивы к познанию- 2 балла <i>Средний уровень:</i> -недостаточно сформированная познавательная потребность. Проявляет интерес к собственно познавательным задачам, к овладению новыми знаниями и умениями, стремится к творчеству -1 балл. <i>Низкий уровень:</i> -недостаточно сформированная познавательная потребность. Проявляет интерес к собственно познавательным задачам, к овладению новыми знаниями и умениями, стремится к творчеству. не имеет сознательно поставленных целей в обучении -0 баллов
Сформированность навыков адаптации в современном обществе	0-2	<i>Высокий уровень:</i> -высокий уровень адаптивного поведения, реагирует на ситуацию, умеет подчиняться правилам и социальным нормам, соблюдает правила безопасного поведения 2 балла <i>Средний уровень:</i> -предпосылки к адаптивному поведению имеются но проявляются неустойчиво, ситуативно- 1 балл. <i>Низкий уровень:</i> - несформированность у обучающегося навыков адаптивного поведения
Сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств, потребности к творческому труду.	0-2	<i>Высокий уровень:</i> Сформированность ценностного отношения выражается на когнитивном, эмоциональном уровне и деятельностном уровнях 2 балла. <i>Средний уровень:</i>

		-представление имеется, но отличается фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «искусство», «музыка», «живопись», «поэзия» 1 балл <i>Низкий уровень:</i> - Отражает несформированность у обучающегося эстетической потребности (в общении с искусством)- 0 баллов
Сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни	0-2	<i>Высокий уровень:</i> Сформированность ценностных ориентаций выражается на когнитивном (познавательном), эмоциональном и деятельностном уровнях- 2 балла. <i>Средний уровень:</i> Представление имеется, но отличается фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «жизнь», «здоровье», «здоровый образ жизни»- 1 балл. <i>Низкий уровень:</i> Оцениваемая характеристика отражает несформированность представления у ребенка о безопасном и здоровом образе жизни- 0 баллов

Максимальное количество баллов по критерию -12

«Самоанализ личности» (Мотков О.И.)

Данная диагностика проводится с учащимися 11-17 лет.

Цель диагностики: оценить уровень проявления социально значимых качеств личности: активность нравственной позиции; коллективизм; гражданственность; трудолюбие; волевые качества.

Каждый фактор представлен четырьмя вопросами. Он разбит на два подфактора, по два вопроса в каждом. Больше количество баллов по фактору, подфактору на более высокую степень проявления, степень оценки качества в личности.

Самый высокий суммарный балл по фактору – 20, по фактору – 10, минимальный соответственно – 4 и 2.

Педагогу и родителям рекомендуется также провести анализ личности каждого ученика по этим же вопросам. По результатам исследований педагога дают самые строгие (низкие) оценки качеств личности учащихся, родители – более высокие, а дети – самые высокие самооценки. Уровень самооценки учащихся постепенно снижается от 6 к 10 классу, сближаясь с оценками педагогов.

Степень расхождения между оценками педагога и самооценками детей указывают на характер их взаимоотношений, влияет на психологический климат в группе. При большом расхождении (более 1 балла) отсутствуют отношения взаимного доверия и сотрудничества.

Методика «Самоанализ личности» не только позволяет раскрыть сильные и слабые стороны личности учащихся, но и активизировать углублённый самоанализ качеств (при углублённом варианте предъявления). Такое самопознание является начальным этапом самовоспитания нравственных и трудовых сторон личности.

Повторное предъявление методики через год покажет динамику изменений в проявлениях ценных качеств личности.

Инструкция к проведению диагностики.

На столах у учащихся текст диагностики (по 1 экземпляру на стол) и карточки, на которых учащиеся выставляют оценки.

На доске – шкала оценки:

1б. – неверно

2б. – скорее неверно

3б. – когда как 4б. – в целом верно 5б. – верно.

Слова учителя:

«Ребята вам предлагается ответить на вопросы об особенностях вашей личности. Прочитайте внимательно высказывание и в соответствии со шкалой оцените своё отношение к высказыванию. Например, на первый

вопрос вы выбрали ответ «скорее неверно». Тогда в клеточке с цифрой «1» вы пишете цифру «2». Таким образом нужно отвечать на все вопросы.

Бланк ответов.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

Текст «Самооценка личности».

Уважительно отношусь к большинству людей, одноклассников.

Развиваю в себе способность видеть трудности других людей, активно помогать им.

Готов(а) поступиться своими интересами ради интересов коллектива.

Помогаю сверстникам, не ожидая взамен похвалы и наград.

Хочу, чтобы мой труд приносил пользу обществу.

Всегда бережно отношусь к предметам, сделанным руками человека.

В любом деле стремлюсь к достижению наилучших результатов.

Стремлюсь самостоятельно справляться с трудностями в работе.

Часто изобретаю свой подход к делу.

Люблю предлагать и осуществлять новые дела.

Умею длительно работать с полной отдачей сил.

Мне совестно, если я поленился помочь родителям или товарищу.

Недовольство собой заставляет меня бороться со своими недостатками.

Ответственно отношусь к делам класса, переживаю за общий успех.

Ответственно отношусь к делам класса, переживаю за общий успех.

Проявляю сочувствие ребятам, у которых что-то не получается.

Выполняю любую, даже неприятную работу, если она приносит пользу людям.

Бережно отношусь к окружающей природе, животным, растениям, водоемам и т.д.

Мне присуща тщательность, доброжелательность в любом деле.

Люблю самостоятельную, трудную работу.

Любую работу стремлюсь сделать интересной и полезной для себя и других.

Нравится осваивать новые виды деятельности, новые умения и навыки.

Я привык(ла) выделять главное и не отвлекаться на постороннее.

Умею сохранять выдержку и терпение в конфликтах с людьми.

Обработка результатов:

Получив результаты диагностики, педагог заносит их в таблицу в соответствии с со следующими направлениями:

Активность нравственной позиции — № 1,2,13,14.

1а – уважение к людям, совестливость – 1,13.

1б – стремление к нравственному самовоспитанию – 2,14.

2. Коллективизм — № 3,4,15,16.

2а – ответственность перед коллективом – 3,15.

2б – чуткость и взаимопомощь – 4,16. 3. Гражданственность — № 5,6,17,18.

3а – осознание значимости своего труда для общества – 5,17.

3б – бережное отношение к результатам труда, к природе – 6,18.

4. Трудолюбие

4а – добросовестность – 7,19.

4б – самостоятельность в преодолении трудностей – 8,20. 5. Творческая активность — № 10,21,22.

5а – стремление к улучшению процесса работы – 9,21.

5б – стремление к новому, инициатива 6. Волевые качества — № 11,20,23,24. 6а – целеустремлённость – 11,21.

6б – настойчивость и самообладание –

После того, как все результаты внесены в таблицу, подсчитывается средний балл как по горизонтали по каждому ученику, определяется итоговый уровень самоанализа, и по вертикали – определяется средний уровень каждого качества.

Результаты среднего балла по качествам личности по окончании подсчётов и определение результатов педагог пишет анализ итогов проведенной диагностики, определяет положительные и отрицательные тенденции, выявляет причины и проблемы, прогнозирует пути решения проблем.

Календарно - тематическое планирование по баскетболу

1- ой год обучения

Групп: НП-1(1) , НП-1(2), НП-1(3)

№ п/п	Числ о	Меся ц	Время проведен ия занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия		Место проведения	Форма контроля
1	01 02 02	09 09 09	15.20- 16.50 15.20- 16.50 17.00- 18.30	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение правилам техники безопасности (ТБ) поведения в спортивном зале. <i>Теория: Введение в мир спорта</i>	Беседа о ТБ. Ознакомление с видом спорта. Подвижные игры с мячом	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
2	03 04 04	09 09 09	15.20- 16.50 15.20- 16.50 17.00- 18.30	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники. ОФП	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

3	05 06 06	09 09 09	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
4	08 09 09	09 09 09	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
5	10 11 11	09 09 09	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Передача мяча от груди. Повороты на месте.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

6	12 13 13	09 09 09	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
7	15 16 16	09 09 09	14.40-16.10 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
8	17 18 18	09 09 09	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование бросков.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

9	19 20 20	09 09 09	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей. Прием контрольных нормативов	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
10	22 23 23	09 09 09	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей. Упражнения	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
11	24 25 25	09 09 09	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

						способностей.			
12	26	09	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	27	09	09.00-10.30						
	27	09	10.40-12.10						
13	29	09	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	30	09	15.20-16.50						
	30	09	17.00-18.30						
14	01	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	02	10	15.20-16.50						
	02	10	17.00-18.30						
15	03	10	15.20-16.50 09.00-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	04	10	10.30			освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
	04	10	10.40-12.10						
16	06	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	07	10	15.20-16.50						
	07	10	17.00-18.30						
17	08	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	09	10	15.20-16.50						
	09	10	17.00-18.30						
18	10	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	14	10	15.20-16.50						
	14	10	17.00-18.30						

						и координационных способностей.			
19	13 16 16	10 10 10	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
20	15 18 18	10 10 10	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
21	17 21 21	10 10 10	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
22	20	10	15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям,	Общеразвивающие упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	23	10	16.50	ые занятия		подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
	23	10	15.20-16.50 17.00-18.30						
23	22	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	25	10	09.00-10.30						
	25	10	10.40-12.10						
24	24	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	28	10	15.20-16.50						
	28	10	17.00-18.30						
25	27	10	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	30	10	15.20-16.50						
	30	10	15.20-16.50						

			17.00-18.30			Воспитание силовых и координационных способностей.			
26	29 01 01	10 11 11	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
27	31 06 06	10 11 11	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
28	03 08 08	11 11 11	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

29	05 11 11	11 11 11	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
30	07 13 13	11 11 11	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
31	10 15 15	11 11 11	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
32	12 18	11 11	15.20-16.50 15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	18	11	16.50 17.00- 18.30			спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.		
33	14 20 20	11 11 11	15.20- 16.50 15.20- 16.50 17.00- 18.30	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
34	17 22 22	11 11 11	15.20- 16.50 09.00- 10.30 10.40- 12.10	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
35	19 25 25	11 11 11	15.20- 16.50 15.20- 16.50 17.00- 18.30	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

						способностей.			
36	21 27 27	11 11 11	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
37	24 29 29	11 11 11	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
38	26 02 02	11 12 12	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
39	28	11	15.20-16.50 15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	04	12	16.50			освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
	04	12	17.00-18.30						
40	01	12	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	06	12	09.00-10.30						
	06	12	10.40-12.10						
41	03	12	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	09	12	15.20-16.50						
	09	12	17.00-18.30						
42	05	12	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	11	12	15.20-						

	11	12	16.50 17.00-18.30			от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
43	08 13 13	12 12 12	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
44	10 16 16	12 12 12	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

						способностей.			
45	12 18 18	12 12 12	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
46	15 20 20	12 12 12	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
47	17 23 23	12 12 12	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
48	19	12	15.20-16.50 15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	25	12	16.50			освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
	25	12	17.00-18.30						
49	22	12	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	27	12	09.00-10.30						
	27	12	10.40-12.10						
50	24	12	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	30	12	15.20-16.50						
	30	12	17.00-18.30						
51	26	12	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	08	01	15.20-16.50						
	08	01	17.00-18.30						

						и координационных способностей.			
52	29 10 10	12 01 01	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
53	09 13 13	01 01 01	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
54	12 15 15	01 01 01	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
55	14	01	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям,	Общеразвивающие упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	17	01	09.00-10.30	ые занятия		подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.		
	17	01	10.40-12.10						
56	16	01	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	20	01	15.20-16.50						
	20	01	17.00-18.30						
57	19	01	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	22	01	15.20-16.50						
	22	01	17.00-18.30						
58	21	01	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	24	01	09.00-10.30						
	24	01	10.40-						

			12.10			Воспитание силовых и координационных способностей.	Совершенствование ведения мяча.		
59	23 27 27	01 01 01	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
60	26 29 29	01 01 01	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
61	28 31	01 01	15.20-16.50 16.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	31	01	17.50 15.20-16.50			от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
62	30 03 03	01 02 02	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
63	02 05 05	02 02 02	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
64	04	02	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям,	Общеразвивающие упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	07	02	09.00-10.30	ые занятия		подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.		
	07	02	10.40-12.10						
65	06	02	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	10	02	15.20-16.50						
	10	02	17.00-18.30						
66	09	02	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	12	02	15.20-16.50						
	12	02	17.00-18.30						
67	11	02	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	14	02	09.00-						
	14	02							

			10.30 10.40-12.10			Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Подвижные игры с мячом .		
68	13 17 17	02 02 02	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
69	16 19 19	02 02 02	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
70	18 21 21	02 02 02	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

71	20 24 24	02 02 02	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
72	25 26 26	02 02 02	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
73	27 28 28	02 02 02	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
74	02 03	03 03	15.20-16.50 15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	03	03	16.50 17.00-18.30			спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
75	04 05 05	03 03 03	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
76	06 07 07	03 03 03	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
77	09 10 10	03 03 03	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

						мяча».			
						Воспитание координационных способностей.			
78	11	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	12	03	15.20-16.50						
	12	03	17.00-18.30						
79	13	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. 14Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	14	03	09.00-10.30						
	14	03	10.40-12.10						
80	16	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов	Общеразвивающие упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	17	03	15.20-16.50	ые занятия		справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
	17	03	17.00-18.30						
81	18	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	19	03	15.20-16.50						
	19	03	17.00-18.30						
82	23	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	21	03	09.00-10.30						
	21	03	10.40-12.10						
83	25	03	15.20-16.50 15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	24	03	16.50			освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Учебно-тренировочные игры.		
	24	03	17.00-18.30						
84	27	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	26	03	15.20-16.50						
	26	03	17.00-18.30						
85	30	03	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	28	03	09.00-10.30						
	28	03	10.40-12.10						
86	01	04	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	31	03	15.20-16.50						
	31	03	17.00-						

			18.30			и координационных способностей.	ведения мяча.		
87	03 02 02	04 04 04	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
88	06 04 04	04 04 04	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
89	08 07 07	04 04 03	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
90	10	04	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям,	Общеразвивающие упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	09	04	15.20-16.50	ые занятия		подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.		
	09	04	17.00-18.30						
91	13	04	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	11	04	09.00-10.30						
	11	04	10.40-12.10						
92	15	04	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	14	04	15.20-16.50						
	14	04	17.00-18.30						
93	17	04	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	16	04	15.20-16.50						
	16	04	16.50						

			17.00-18.30			Воспитание силовых и координационных способностей.	мячом .		
94	20 18 18	04 04 04	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
95	22 21 21	04 04 04	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
96	24 23 23	04 04 04	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

			18.30			мяча». Воспитание координационных способностей.	мячом .		
97	27 25 25	04 04 04	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
98	29 28 28	04 04 04	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Упражнения «школы мяча». Воспитание координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
99	04	05	15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям,	Общеразвивающие упражнения.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	30	04	16.50	ые занятия		подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .		
	30	04	15.20-16.50 17.00-18.30						
10 0	06 02 02	05 05 05	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
10 1	08 05 05	05 05 05	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
10 2	11 07 07	05 05 05	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

			18.30			Воспитание силовых и координационных способностей.	мячом .		
10 3	13	05	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	12	05	15.20-16.50						
	12	05	17.00-18.30						
10 4	15	05	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	14	05	15.20-16.50						
	14	05	17.00-18.30						
10 5	18	05	15.20-16.50	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
	16	05	09.00-10.30						
	16	05	10.40-12.10						

10 6	20 19 19	05 05 05	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
10 7	20 21 21	05 05 05	15.20-16.50 15.20-16.50 17.00-18.30	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
10 8	22 23 23	05 05 05	15.20-16.50 09.00-10.30 10.40-12.10	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
10 9	22 26	05 05	15.20-16.50 15.20-	Учебно-тренировочные занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

	26	05	16.50 17.00- 18.30			спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	приемов. Упражнения. Подвижные игры с 25 мячом .		
11 0	25 28 28	05 05 05	15.20- 16.50 15.20- 16.50 17.00- 18.30	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Совершенствование бросков. Совершенствование ведения мяча.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
11 1	25 28 28	05 05 05	15.20- 16.50 15.20- 16.50 17.00- 18.30	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Учебно-тренировочные игры.	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.
11 2	29 30 30	05 05 05	15.20- 16.50 09.00- 10.30 10.40- 12.10	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

						способностей.			
11 3	29 30 30	05 05 05	15.20- 16.50 09.00- 10.30 10.40- 12.10	Учебно- тренировочн ые занятия	2	Обучение упражнениям, подводящим к освоению техники спорта. Упражнения. Воспитание силовых и координационных способностей.	Общеразвивающие упражнения. Изучение технических приемов. Упражнения. Подвижные игры с мячом .	ДЮСШ	Текущий контроль . Беседа. Наблюдение.

