

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа  
Королёв Московской области  
«Средняя общеобразовательная школа №15»  
имени Б. Н. Флёрова

Рассмотрено на заседании  
методического (педагогического) совета  
от «09.01.2023» г.  
Протокол № 1



Утверждаю: Директор МБОУ СОШ №15  
Мальгинова Т.Ю.  
2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Баскетбол»

(СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ)

Возраст обучающихся: 10-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Калугин Илья Михайлович

Учитель физической культуры

г.о. Королёв

2023г.

## **Пояснительная записка.**

Нормативно-правовые документы

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся";

- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030. Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- Распоряжение Правительства Московской области от 28.07.2022 г. № 707-РП «Об организации работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Московской области»;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);

- Порядок осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённых приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);

- Общих требований к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодёжной политики, применяемых при расчёте объёма субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 22.09.2015 № 1040);

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области. (Инструктивное письмо

Министерства образования Московской области от 24.03.2016 № Исх-3597/21в ) за подписью заместителя министра Ю.В. Картушина;

- Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844);

- Об учёте результатов внеучебных достижений обучающихся (Приказ Министерства образования Московской области от 27.11.2009 № 2499);

- Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области (Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 26.08.2013 г. № 10825-13в/07);

- Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Методические рекомендации Минобрнауки от 18.03.2020, база официальных документов);

- Устав МБОУ СОШ № 15 им. Б. Н. Флёрова;

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей").

**Направленность** программы – спортивная. Программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в Федеральном государственном образовательном стандарте. Кроме того, баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в общеобразовательном учреждении

**Актуальность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы кружка «Баскетбол» в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол»:** создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

**Задачи:**

**Личностные:**

- содействие правильному физическому развитию детей, повышение работоспособности, закаливание, охрана здоровья;

- развитие основных двигательных качеств - силы, выносливости, ловкости и быстроты; формирование жизненно важных двигательных умений и навыков, двигательные умения формируются в процессе выполнения определенных движений естественные двигательные действия (ходьба, бег, прыжки, метание, плавание и др.) и специальные двигательные действия, необходимые для изучения базовых действий в баскетболе;

- воспитание устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях спортом;

- приобретение необходимого минимума знаний в области гигиены и медицины, физической культуры и спорта. Обучающиеся должны получить четкое представление о режиме дня и личной гигиене, о значении физической культуры и спорта для укрепления здоровья, и поддержания высокой работоспособности, о гигиенических правилах занятий физическими упражнениями, о двигательном режиме и природных факторах закаливания, об основных приемах самоконтроля, о вреде курения и алкоголя и т.п.

#### ***Метапредметные:***

- использование рациональных способов выполнения того или иного задания, добросовестное выполнение заданий, осознанное стремление к новым знаниям и умениям;

- умение содержательно наполнить самостоятельные формы занятий физической культурой;

- умение выделить главное в рассказе и показе педагога, выделять ведущее звено и основу техники, условия успешного выполнения движения;

- владение способами планирования, организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой;

- выполнение упражнения и применение технико-тактических приемов в различных условиях и ситуациях;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активное использование в самостоятельных занятиях;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений; умение вести познавательную деятельность в группе.

#### ***Образовательные (предметные):***

- формирование устойчивого интереса к занятиям;

- формирование необходимых знаний в области физической культуры и спорта; формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков;

- овладение основами игры в баскетбол;

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

#### **Отличительные особенности программы.**

Новизна программы состоит в том, что программа для спортивных школ адаптирована для общеобразовательной школы.

Деятельность спортивной секции «Баскетбол» актуальна для детей и родителей так как, и те, и другие заинтересованы в полноценном физическом развитии.

Педагогическая целесообразность данной программы в том, что физическое развитие подростков начинается с начальной подготовки, в которой предусмотрены специальные упражнения, затем нагрузка увеличивается, совершенствуется технико-тактическая подготовка. Кроме того, обучающиеся с первого этапа подготовки активно участвуют в соревнованиях, проводимых по данному виду спорта

### **Краткая характеристика возрастных особенностей обучающихся**

При обучении и воспитании детей в возрасте 10-12 лет важно учитывать их психофизиологические особенности развития. В этот период организм ребенка интенсивно растет и развивается. Длина тела (рост), масса тела (вес), окружность грудной клетки плавно увеличиваются.

Рост мышечных волокон в этот период происходит неравномерно. Быстрее развиваются крупные мышцы нижних конечностей, туловища, плечевого пояса. Мелкие мышцы развиваются позднее. В связи с этим обучающимся труднее даются точные мелкие движения.

Двигательный аппарат детей 10-12 лет приспособлен в основном к динамическим нагрузкам. Статические нагрузки переносятся хуже. Большие мышечные усилия для детей этого возраста в практике физического воспитания применяются реже и должны строго дозироваться.

Значительное развитие в 10-12 лет получают такие основные свойства нервных процессов, как сила, подвижность и уравновешенность. Однако они характеризуются еще малой устойчивостью, что обуславливает быструю утомляемость нервной системы ребенка. Вместе с тем большая возбудимость, реактивность и пластичность нервной системы способствуют быстрому усвоению двигательных навыков и закреплению двигательных условных рефлексов.

Занимаясь физическими упражнениями с обучающимися, очень важно учитывать особенности их эмоциональных состояний. Они, как правило, с готовностью и интересом выполняют задания учителей, родителей, бывают обычно внимательны, исполнительны, дисциплинированы, особенно когда занятия физическими упражнениями удовлетворяют их потребности в движении и игре. Однако в силу повышенной эмоциональности дети этого возраста часто перевозбуждаются. Поэтому для формирования общего положительного эмоционального фона во время выполнения упражнений важно организовать их таким образом, чтобы они приносили ребятам радость, но при этом не перевозбуждали их. Здесь большое значение имеет поведение взрослых: в одних случаях больше адекватен ровный негромкий голос, в других – спокойное доброжелательное отношение к ребенку.

Требование выполнять непосильные упражнения, наоборот, отрицательно влияет на развитие волевых качеств, может способствовать развитию неуверенности, нерешительности, трусости.

Подростковый возраст является возрастом решающих сдвигов в развитии личности: закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности.

Отмечается интенсивный рост и увеличение всех размеров тела — «второе вытягивание». К 12 годам достигается 86% от своего будущего роста. Это этап активного совершенствования мышечной системы и двигательных функций. Нередко развитие сердца отстает от увеличения размеров тела. В таком случае гармоническая взаимосвязь между сердцем и остальными органами и системами нарушается. В силу этого подростки жалуются на головную боль, головокружение. Нередко возникает юношеская гипертония. Максимальное кровяное давление при этом составляет 130—140 мм. рт. ст. Утомление быстрее подкрадывается к подростку, чем к взрослому. Сердце у подростков даже в условиях покоя работает более напряженно, чем у взрослых. Тем не менее подростки обладают высокими функциональными возможностями дыхания и кровообращения, что является хорошей базой для серьезной спортивной тренировки.

С точки зрения спортивной подготовки этот возраст является решающим.

Именно в этот период достигается наибольший прирост в развитии быстроты, силы, ловкости, закладываются основы техники и тактики, формируется спортивный характер. Завершается созревание коркового центра двигательного анализатора, который затем к 13-14 годам достигает высокого уровня (далее приостанавливается).

Однако, организм детей среднего школьного возраста крайне неустойчив. Поэтому во время занятий следует осуществлять строгий врачебный контроль за объемом и интенсивностью нагрузок с тем, чтобы не допустить переутомления и перенапряжения организма.

В 12 лет юный футболист должен уметь управлять собственным весом в прыжке, падать на пружинящие руки, использовать силу в момент единоборства.

Развивая силовые качества у подросткового возраста, необходимо избегать упражнений с преодолением максимального веса, упражнений, требующих продолжительного физического напряжения и задержки дыхания. Упражнения на силу необходимо чередовать с упражнениями на быстроту.

При развитии силы более предпочтительны упражнения динамического характера. Доступны упражнения с отягощениями, равными 50% собственного веса.

Дети переходного возраста обладают сильно выраженным чувством справедливости, у них заметно развита склонность к критической проверке чужих суждений.

Тренеру приходится сталкиваться и с нежеланием ребят, чтобы в одной команде с ними играл тот или иной мальчик. В таких случаях следует тщательно разобраться в отношениях между ребятами, выяснить, почему это произошло.

Эффективность воспитательной работы во многом зависит от отношений, сложившихся между тренером и обучающимися. Они должны строиться на доверии, доброжелательности, объективности, справедливости в решении конфликтных ситуаций.

Нередко подростки переоценивают свои физические возможности, пытаясь скорее пробежать по ступеням спортивного мастерства. Для подростка будущие цели тренировки кажутся далекими, апелляция к ним слабо стимулирует активность занимающихся. Поэтому необходимо наряду с общей целью ставить конкретные, ближайшие цели, реальность достижения которых очевидна.

В 16 лет в основном завершаются процессы глубоких функциональных перестроек организма и его состояние все больше приближается к состоянию, характерному для взрослого человека. Темпы роста длины тела резко падают к 16-17 годам и увеличивается еще на 2-3 см в год.

Надо учитывать, что процессы окостенения к этому возрасту еще не завершены. К 14-16 годам появляются зоны окостенения в хрящах, межпозвонковых дисках. Полное сращение костей тела заканчивается только к 20-21 году. Окостенение ключицы, лопатки, костей плеча и предплечья завершается к 20-25 годам, фаланги пальцев ног, костей плюсны и предплюсны соответственно к 15-21 и 17-21 годам.

Рост тела в длину в основном заканчивается к 16 годам. Поэтому резкие толчки во время приземления с большой высоты, толчки в плечо при единоборствах за мяч, резкие повороты и остановки, неравномерная нагрузка на правую и левую ногу могут вызвать смещение костей плечевого пояса и таза, неправильное их срастание. Чрезмерные нагрузки на нижние конечности, если процессы окостенения не закончились, приводят к появлению плоскостопия.

Интенсивное развитие скелета детей тесно связано с формированием их мышц, сухожилий и связочно-суставного аппарата.

Вес мышц у ребят 15 лет составляет 32,6% веса тела, а к 18 годам - 44,2%. Одновременно с увеличением веса мышц совершенствуются и их функциональные свойства.

В возрасте 16 лет способность оценивать положение тела, отдельных его частей в пространстве достигает данных взрослых. Систематическая тренировка повышает способность к анализу пространственной точности движений.

Мышцы старших школьников эластичны, имеют хорошую нервную регуляцию, их сократительная способность и способность к расслаблению достаточно велики.

Опорно-двигательный аппарат может уже выдерживать значительные статические напряжения и выполнять довольно длительную работу.

Наибольший прирост силы наблюдается с 13 до 15 лет. В 15-16 лет абсолютная мышечная сила изменяется в меньшей степени, и только к 16-20 годам она достигает уровня, свойственного взрослому человеку.

Уровень развития скоростно-силовых качеств неизменно повышается с 13 до 16 лет.

Заметно улучшается и достигает своего совершенства координация движений. Возрастает способность сердечно-сосудистой системы обеспечивать потребности организма при интенсивных нагрузках.

#### **Адресат программы.**

Программа курса «Баскетбол» рассчитана на детей 10-16 лет. Программа построена с учётом возрастных особенностей обучающихся.

#### **Объем и срок освоения программы.**

Программа рассчитана для детей 10-16 лет, продолжительностью 1 год. Занятия проходят 1 раз в неделю. Общее количество учебных часов – 36.

#### **Формы обучения.**

Очная, так как обучение осуществляется в МБОУ СОШ №15 им. Б. Н. Флёрова г. Королёв по установленному расписанию.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5 – 10-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Теоретические сведения сообщаются в процессе проведения практических занятий.

#### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий –**

Программа рассчитана для детей 10-16 лет на один год обучения. Занятие проводится один раз в неделю. Продолжительность занятия 45 минут

#### **Планируемые результаты**

*Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе*

#### ***Учащиеся должны знать:***

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

#### ***Учащиеся должны уметь:***

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;



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

*Компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у детей в результате занятий по программе:*

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

б) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

***Личностные, метапредметные и предметные результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения программы:***

*Личностные результаты.*

- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

- знание истории развития баскетбола;

- формирование коммуникативной компетенции в общении со сверстниками во время внеурочной деятельности;

- владеть знаниями предупреждения травматизма на занятиях баскетболом, оказания первой помощи при травмах;

- умение планировать режим дня;

- формирование положительного отношения учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью;

- накопление необходимых знаний, а также умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;

- достижения личных результатов в физическом совершенстве;

- уметь играть в баскетбол, мини-футбол, по правилам;

- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических качеств;

- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие физических качеств, соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

- владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревнованиях по баскетболу;

- соблюдать нормы поведения в коллективе, гигиену занятий и личную гигиену, помогать товарищам осваивать сложные упражнения.

*Метапредметные результаты.*

- формирование качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности, а также в реальной повседневной жизни учащихся;

- бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;

- уважительное отношение к окружающим;
- стремление к освоению новых знаний и умений;
- воспитание красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья и физической подготовленности.

*Предметные результаты.*

- приобретение знаний о способах двигательной деятельности, умение творчески их применять при организации и проведении занятий по баскетболу;
- способность составлять планы занятий, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей организма;
- умение вести дневник самонаблюдения;
- умение оказывать первую помощь при спортивных травмах.

**Формы аттестации**

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (май, декабрь), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.**

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов участия в мероприятиях (соревнованиях)
- педагогический мониторинг (диагностика личностного роста по итогам сдачи

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по баскетболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

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

Практические методы:

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

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

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

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

**Формы обучения:** групповая

**Материально-техническое обеспечение.**

- 1) щиты с кольцами (2 комплекта);
- 3) мячи баскетбольные: № 5 – 6 шт.,
- 4) насос ручной, иглы;
- 5) стойки для обводки (8 шт.);
- 6) гимнастические скамейки (4 шт.);
- 7) мячи набивные весом 1 кг и 2 кг (5 шт.)

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.

**Информационное обеспечение –**

<http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования

<http://mo.mosreg.ru/> - сайт Министерства образования Московской области

<https://infourok.ru> – сайт для организаторов

**Кадровое обеспечение:** педагог Калугин Илья Михайлович

### Учебный план программы

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности. Баскетбол- история развития.	1	1		Лекция, беседа

	Контрольные испытания.				
<b>2</b>	<b>Передвижения и остановки</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	
2.1	Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
<b>3</b>	<b>Передачи и остановки</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
3.1	Техника передачи одной рукой от плеча	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
3.2	Передача двумя руками над головой	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
3.3	Техника передач двумя руками в движении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
3.3	Техника броска после ведения мяча	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
3.5	Техника поворотам в движении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
3.6	Техника ловли мяча, отскочившего от щита	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
<b>4</b>	<b>Техника броска</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	
4.1	Техника броскам в движении после ловли мяча	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.2	Техника броскам в прыжке с места	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.3	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.4	Техника передач на месте и в движении,	1	0,5	0,5	Тренинг, игра

	бросков в прыжке после ведения мяча				
4.5	Учет по технической подготовке	1	0,5	0,5	Тренинг, игра, контроль
4.6	Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.7	Техника ведения и передач в движении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.8	Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.9	Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.10	Техника отвлекающих действий на бросок	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
4.11	Прием нормативов по технической подготовке. Зачетная игра	1		1	Тренинг, игра, турнир
<b>5</b>	<b>Техника выбивания мяча</b>	<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>	
5.1	Техника безопасности. Техника выбивания мяча после ведения	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
5.2	Техника атаки двух нападающих против одного защитника	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
5.3	Выбивания мяча при ведении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
<b>6</b>	<b>Приемы передач</b>	<b>14</b>	<b>6,5</b>	<b>7,5</b>	
6.1	Передачи одной рукой с поворотом	1	0,5	0,5	Тренинг, игра

6.2	Прием нормативов по технической подготовке	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.3	Передачи в движении в парах	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.4	Передачи в тройках в движении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.5	Передачи в тройках в движении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.6	Передачи в движении	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.7	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.8	Техника передач мяча	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.9	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	1	0,5	0,5	Тренинг, игра
6.10	Техника передач в движении, нападение через центрального игрока	1	0,5	0,5	Тренинг, игра, турнир
6.11	Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	1	0,5	0,5	Тренинг, игра, турнир
6.12	Закрепление через центрального, заслоны.	1	0,5	0,5	Тренинг, игра, турнир, контроль
6.13	Техника передач. Разучивание нападения «тройкой»	1	0,5	0,5	Тренинг, игра, турнир
6.14	Прием нормативов по технической подготовке. Зачетная игра	1		1	Тренинг, игра, турнир
	<b>Всего</b>	<b>36</b>	<b>17,5</b>		

**Содержание учебного плана.**

## Глава 1

### Тема 1 Техника безопасности. Баскетбол- история развития.

#### Контрольные испытания.

#### Теория – 1, Практика - 0

Теория: Техника безопасности в зале

Практика: Применять правила подбора одежды для занятий баскетболом. моделировать технику действий и приемов баскетболиста. Соблюдать правила безопасности

### Тема 2. Передвижения и остановки

#### Теория – 0,5, Практика – 0,5

#### *2.1 Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте*

Теория: Понятие техники перемещения, ловли и передачи ведения мяча на месте, стиле игры.

Практика: выполнять изучаемые упражнения

### Тема 3 Передачи и остановки

#### Теория – 3 Практика – 3

#### *3.1 Техника передачи одной рукой от плеча*

Теория: Основные понятия о передачах и остановках

Практика: выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете

#### *3.2 Передача двумя руками над головой*

Теория: Основные понятия о стратегии, системе, тактике и стиле игры.

Практика: выполнять передачи одной и двумя руками, повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди

#### *3.3 Техника передач двумя руками в движении*

Теория: Разучивание техники передачи двумя руками в движении.

Практика: выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре

#### *3.4 Техника броска после ведения мяча*

Теория: Основные понятия о технике броска после ведения мяча, системе, тактике и стиле игры.

Практика: выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре

#### *3.5 Техника поворотов в движении*

Теория: Основные понятия о технике поворота в движении, тактике и стиле игры.

Практика: выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски



после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине

### ***3.6 Техника ловли мяча, отскочившего от щита***

Теория: Основные понятия о технике ловли мяча, отскочившего от щита и стиле игры.

Практика: выполнять перемещение в игре, изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке

## **Тема 4 Техника броска**

**Теория – 5, Практика - 6**

### ***4.1 Техника броскам в движении после ловли мяча***

Теория: Основные понятия о технике броска в движении после ловли мяча

Практика: выполнять ловлю мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке

### ***4.2 Техника броскам в прыжке с места***

Теория: Основные понятия о технике броска в прыжке с места

Практика: выполнять броски в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке

### ***4.3. Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке***

Теория: Основные понятия о технике передачи одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке

Практика: выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра

### ***4.4. Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча***

Теория: Основные понятия о технике передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча

Практика: выполнять передачи в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180\*, ведение с обводкой линий штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной

### ***4.5 Учет по технической подготовке***

Теория: Основные понятия о учете по технической подготовке и стиле игры.

Практика: выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной

### ***4.6. Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча***

Теория: Основные понятия технике передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча и стиле игры.

Практика: выполнять изучаемые приемы, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре

#### ***4.7. Техника ведения и передач в движении***

Теория: Основные понятия о технике ведения и передач в движении

Практика: выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 х 2, бросок; применять изучаемые приемы в учебной

#### ***4.8 Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу***

Теория: Основные понятия о технике передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу

Практика: выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре

#### ***4.9. Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом***

Теория: Основные понятия о технике отвлекающих действий на передачу с последующим проходом

Практика: выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной

#### ***4.10 Техника отвлекающих действий на бросок***

Теория: Основные понятия о технике отвлекающих действий на бросок

Практика: выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре

#### ***4.11 Прием нормативов по технической подготовке. Зачетная игра***

Теория: -.

Практика: Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

## **Глава 2**

### **Тема 5 Техника выбивания мяча**

**Теория - 1,5, Практика – 1,5**

#### ***5.1 Техника безопасности. Техника выбивания мяча после ведения***

Теория: Техника безопасности. Основные понятия о стратегии выбивания мяча после ведения

Практика: выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении

#### ***5.2 Техника атаки двух нападающих против одного защитника***

Теория: Основные понятия о стратегии атаки двух нападающих против одного защитника

Практика: выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1; игра

### ***5.3 Выбивания мяча при ведении***

Теория: Основные понятия о выбивании мяча при ведении

Практика: выполнять изучаемый прием - в парах выбивание мяча при ведении; атака трех нападающих против двух защитников; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Учебная игра

## **Тема 6 Приемы передач**

**Теория – 6,5, Практика – 7,5**

### ***6.1 Передачи одной рукой с поворотом***

Теория: Прием передачи одной рукой с поворотом

Практика: Передачи одной рукой с поворотом; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника

### ***6.2 Прием нормативов по технической подготовке***

Теория: Основные понятия о приеме нормативов по технической подготовке.

Практика: штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска

### ***6.3 Передачи в движении в парах***

Теория: Основные понятия о приемах передачи в движении в парах

Практика: повторить выбивание мяча при ведении, бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; Передачи в движении в парах; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места – в парах, игроки соревнуются между собой. Учебная игра.

### ***6.4 Передачи в тройках в движении***

Теория: Основные понятия о передачи в тройках в движении

Практика: передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра.

### ***6.5 Передачи в тройках в движении***

Теория: Основные понятия о передачи в тройках в движении

Практика: передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра

### ***6.6 Передачи в движении***

Теория: Основные понятия о стратегии передач в движении

Практика: Передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 x 1; 3 x 2; борьба за мяч, отскочившего от щита

### ***6.7 Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита***

Теория: Основные понятия о технике борьбы за мяч, отскочившего от щита

Практика: борьба за мяч, отскочившего от щита – 3 x 3; быстрый прорыв (схема); передачи через центрального; броски в прыжке с сопротивлением – в парах

### ***6.8 Техника передач мяча***

Теория: Основные понятия о технике передачи мяча

Практика: Передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрального игрока; выбивание мяча; учебная игра

### ***6.9 Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска***

Теория: Основные понятия о технике передачи мяча, быстрый прорыв после штрафного броска

Практика: Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема)

### ***6.10 Техника передач в движении, нападение через центрального игрока***

Теория: Основные понятия о технике передач в движении, нападения через центрального игрока

Практика: Передачи в движении; нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра

### ***6.11 Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки***

Теория: Основные понятия о технике нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки

Практика: Ведение мяча и выбивание; нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча Учебная игра

### ***6.12 Закрепление через центрального, заслоны***

Теория: Техника закрепления через центрального и заслоны

Практика: Броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра

### ***6.13 Техника передач. Разучивание нападения «тройкой»***

Теория: Основные понятия о нападении «тройка»

Практика: Передачи; нападение «тройкой»- подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра

### ***6.14 Прием нормативов по технической подготовке. Зачетная игра***

Теория: -.

Практика: Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

## Методическое обеспечение

**Методы обучения** - словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; игровой, дискуссионный, Словесные: лекция, рассказ, беседа, объяснение, инструктаж, работа с книгой, познавательные вербальные игры.

Наглядные: наблюдение, иллюстрация, демонстрация, как обычные, так и компьютерные.

Практические: дидактические игры, практические работы, упражнения, эксперименты, деловые игры, самостоятельная работа со справочниками и литературой (обычной и электронной).

### Методы воспитания

Создание ситуаций успеха на занятиях по программе является одним из основных методов эмоционального стимулирования и представляет собой специально созданные педагогом цепочки таких ситуаций, в которых ребенок добивается хороших результатов, что ведет к возникновению у него чувства уверенности в своих силах и «легкости» процесса обучения.

Метод формирования готовности восприятия учебного материала с использованием способов концентрации внимания и эмоционального побуждения.

Метод стимулирования занимательным содержанием при подборе ярких, образных текстов, музыкального сопровождения.

Метод создания проблемных ситуаций заключается в представлении материала занятия в виде доступной, образной и яркой проблемы.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

### Алгоритм учебного занятия:

Схема построения занятия одинакова на всех этапах обучения:

*Вводная часть* - подготовительная часть – основная часть – заключительная часть.

В вводную часть входит орг. момент (распределение по рабочим местам, приветствие учителя) и сообщение темы занятия (3-5 мин)

*Подготовительная часть* включает постановку задачи и ознакомление с теоретическими аспектами (5-7 мин)

*Основная часть* содержит самостоятельную и групповую работу учащихся по теме урока

*В заключительную часть* входит подведение итогов, прощание, уход (5-10) минут.

**Педагогические технологии** - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная

технология обучения, технология коллективной деятельности, здоровьесберегающая технология.

### Дидактические материалы

- Картотека упражнений по баскетболу.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе.
- Правила игры в баскетбол.
- Правила судейства в баскетболе.
- Регламент проведения баскетбольных турниров различных уровней.
- Положение о соревнованиях по баскетболу.

### Календарно-тематические планирование

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятий	Количество часов	Тема	Место проведения	Форма контроля привести в соответствие с разделом программы
<b>Глава 1</b>								
1	январь	9.01.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника безопасности. Баскетбол- история развития. Контрольные испытания.	Спортивный зал	Беседа
2	январь	16.01.2022	15.25	Групповая	1 час	Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	Спортивный зал	Тренинг, игра
3	январь	23.01.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передачи одной рукой от плеча	Спортивный зал	Тренинг, игра
4	февраль	30.01.2023	15.25	Групповая	1 час	Передача двумя руками над головой	Спортивный зал	Тренинг, игра
5	февраль	6.02.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач двумя руками в движении	Спортивный зал	Тренинг, игра
6	февраль	13.02.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника броска после ведения мяча	Спортивный зал	Тренинг, игра
7	март	20.02.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника поворотам в движении	Спортивный зал	Тренинг, игра
8	март	27.02.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника ловли мяча, отскочившего от щита	Спортивный зал	Тренинг, игра

9	мар т	6.03.2 023	15.25	Групповая	1 час	Техника броскам в движении после ловли мяча	Спортив ный зал	Тренинг, игра
10	мар т	13.03. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника броскам в прыжке с места	Спортив ный зал	Тренинг, игра
11	мар т	20.03. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	Спортив ный зал	Тренинг, игра
12	мар т	27.03. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	Спортив ный зал	Тренинг, игра
13	апре ль	03.04. 2023	15.25	Групповая	1 час	Учет по технической подготовке	Спортив ный зал	Тренинг, игра
14	апре ль	10.04. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	Спортив ный зал	Тренинг, игра
15	апре ль	17.04. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника ведения и передач в движении	Спортив ный зал	Тренинг, игра
16	апре ль	24.04. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	Спортив ный зал	Тренинг, игра
17	май	8.05.2 023	15.25	Групповая	1 час	Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Спортив ный зал	Тренинг, игра
18	май	15.05. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника отвлекающих действий на бросок	Спортив ный зал	Тренинг, игра
19	Май	22.05. 2023	15.25	Групповая	1 час	Прием нормативов по технической подготовке. Зачетная игра	Спортив ный зал	Тренинг, игра, турнир

## Глава 2

1	сент ябрь	4.09. 2023	15.25	Групповая	1 час	Техника безопасности. Техника выбивания мяча после ведения	Спортив ный зал	Тренинг, игра
2	сент ябрь	11.09 .2023	15.25	Групповая	1 час	Техника атаки двух нападающих против одного защитника	Спортив ный зал	Тренинг, игра
3	сент ябрь	18.09 .2023	15.25	Групповая	1 час	Выбивания мяча при ведении	Спортив ный зал	Тренинг, игра
4	сент ябрь	25.09 .2023	15.25	Групповая	1 час	Передачи одной рукой с поворотом	Спортив ный зал	Тренинг, игра

5	октябрь	02.10.2023	15.25	Групповая	1 час	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Тренинг, игра
6	октябрь	09.10.2023	15.25	Групповая	1 час	Передачи в движении в парах	Спортивный зал	Тренинг, игра
7	октябрь	16.10.2023	15.25	Групповая	1 час	Передачи в тройках в движении	Спортивный зал	Тренинг, игра
8	октябрь	23.10.2023	15.25	Групповая	1 час	Передачи в тройках в движении	Спортивный зал	Тренинг, игра
9	октябрь	30.10.2023	15.25	Групповая	1 час	Передачи в движении	Спортивный зал	Тренинг, игра
10	ноябрь	6.11.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Тренинг, игра
11	ноябрь	13.11.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач мяча	Спортивный зал	Тренинг, игра
12	ноябрь	20.11.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	Спортивный зал	Тренинг, игра
13	ноябрь	27.11.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач в движении, нападение через центрального игрока	Спортивный зал	Тренинг, игра, турнир
14	декабрь	4.12.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	Спортивный зал	Тренинг, игра, турнир
15	декабрь	11.12.2023	15.25	Групповая	1 час	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Тренинг, игра, турнир
16	декабрь	18.12.2023	15.25	Групповая	1 час	Техника передач. Разучивание нападения «тройкой»	Спортивный зал	Тренинг, игра, турнир
17	декабрь	25.12.2023	15.25	Групповая	1 час	Прием нормативов по технической подготовке. Зачетная игра	Спортивный зал	Тренинг, игра, турнир

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Баскетбол. Учебник для вузов физической культуры / под ред. Портнова Ю.М. - М., 1997.
2. Бузляков Н.А. Инновационные методы скоростно-силовой и технической подготовки баскетболисток // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2018



3. Костикова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. - М: ФиС, 2001. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР)
4. Нестеровский Д.И. «Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие/, М., ИЦ «Академия,2007»
- Портнов Ю.М.и др.- М. Советский спорт, 2004. -100 с.
5. Гвоздева К.И. Теория и методика обучения технике баскетбола: учебно-методическое пособие / К.И. Гвоздева, М.А. Комлев. – Москва: Изд-во Моск. Политеха, 2020
6. Носырева Г.В. Лидерские качества в структуре группового поведения при проведении занятий по физической культуре // Вопросы педагогики. – 2020.
7. Спортивные игры. Учебник для вузов. Том 2 / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - М.: Изд. Центр Академия, 2004.
8. Твой олимпийский учебник: учебн. пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
9. Олефиренко В. Н. Устойчивость эффективности технических действий как критерий оценки специальной выносливости баскетболистов / В. Н. Олефиренко, Н. Е. Слинкина, В. Е. Ковригин // Вестн. Челяб. гос. пед. ун-та. Сер.: Пед. науки. – 2017. – № 2. – С. 77-81; То же [Электронный ресурс].
10. Введение в профессию баскетбольного тренера.М., PressPass,2017.

#### **Список литературы для родителей и обучающихся**

1. Гомельский А. Я. Библия баскетбола: 1000 баскетбольных упражнений / А. Я. Гомельский. – М., 2016. – 252 с.
2. Физическая культура. Учебник для 5-7 классов/под ред. Виленского М.Я., -М., «Просвещение» 2013.
3. Физическая культура. Учебник для 8-9 классов/ под ред., Ляха В.И., - М., «Просвещение» 2015.
4. Физическая культура. Учебник для 10-11классов/ под ред., Ляха В.И., - М., «Просвещение» 2017.
5. Баррел Пэйе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
4. Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000. -352 с.
3. Гомельский Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.
3. Пискайкина М. Н. Баскетбол, как эффективное средство сохранения и укрепления здоровья людей всех возрастов / М. Н. Пискайкина, У. В. Смирнова // OlymPlus. Гуманит. версия. – 2017
- 4 Алексеев А.В. Продвижение бренда спортивного клуба с помощью индекса спорта (на примере баскетбола) / А.В. Алексеев, А.С. Любавин // Бренд-менеджмент. – 2018.