

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 6 ИМЕНИ
КАВАЛЕРА ОРДЕНА КРАСНОЙ ЗВЕЗДЫ АНДРЕЯ ЛЕОНИДОВИЧА ДОЦЕНКО
ПОСЕЛКА СОВХОЗНОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН**

ПРИНЯТА на заседании
педагогического совета
МБОУ СОШ № 6
от 28.08.2023г.
Протокол № 1 от 28.08.2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 6
поселка Совхозного
_____ Т.И.Скрипка
приказ № 518 от 31.08.2023 г.

***ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«БАСКЕТБОЛ»***

Уровень: *базовый*

Срок реализации программы: *1 год: 34 ч*

Возрастная категория: *от 13 до 17 лет*

Состав группы: *до 15 человек*

Форма обучения: *очная*

Вид программы: *авторская*

Программа реализуется на бюджетной основе

ID- номер Программы в Навигаторе: 15234

Автор-составитель:
Чернышко Наталья Петровна
педагог дополнительного образования

поселок Совхозный
Славянский район
2023г

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты		3
	1.1	Пояснительная записка	3
	1.1.1	Нормативная база	3
	1.1.2	Направленность программы	4
	1.1.3	Актуальность, новизна программы	4
	1.1.4	Педагогическая целесообразность	4
	1.1.5	Отличительные особенности программы	5
	1.1.6	Адресат программы	5
	1.1.7	Уровень программы, объем и сроки реализации	5
	1.1.8	Особенности организации образовательного процесса	5
	1.1.9	Особенности построения программы и её содержания	5
	1.2	Цели и задачи программы	6
	1.3	Содержание программы	7
	1.3.1	Учебный план	8
	1.3.2	Содержание учебного плана	9
	1.4	Планируемые результаты	12
II	Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации		14
	2.1	Календарный учебный график	14
	2.2	Календарный план воспитательной работы	19
	2.3	Условия реализации программы	22
	2.4	Формы аттестации	22
	2.5	Оценочные материалы	24
	2.6	Методические материалы	25
	2.7	Образовательные технологии	28
	2.7.1	Тематика и формы методических материалов по программе	28
	2.7.2	Алгоритм учебного занятия	28
	2.7	Список литературы	29

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет, в первую очередь, о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

Программа «Баскетбол» является модифицированной и разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» (Козоногов И.А., Главатских Э.Г., Дылдин А.С., Михайлов В.П., педагоги дополнительного образования).

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

Работа в объединении организуется и проводится в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 30.12.2021);
- Федеральный закон от 26 мая 2021 г. № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Изменения в Федеральные государственные образовательные стандарты в части воспитания обучающихся (приказ Минпросвещения

России от 11 декабря 2020 г. № 712);

– Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11;

– Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018 года;

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

– Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

– Приказ Министерства образования и науки РФ от 05 декабря 2014 г. «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;

– Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 года № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

– Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года;

– 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)»;

– Методические рекомендации 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 (Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09);

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ;

– Приложения к письму Министерства образования и науки

Краснодарского края от 06.07.2015 г. № 13-1843/15-10 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и программ электронного обучения»;

– Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 2020 г.;

– Устав муниципального автономного учреждения центра дополнительного образования города Славянска-на-Кубани муниципального образования Славянский район и иные локальные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса в учреждении.

Общеобразовательная программа «Баскетбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как она нацелена на развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Новизна программы заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться воспитанием здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Баскетбол - командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию. И нельзя требовать от детей больше, чем они могут выполнить на данном возрастном этапе.

Этап начальной подготовки - это «фундамент» физкультурно - спортивной деятельности юного баскетболиста. Работа направлена на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники баскетбола.

Актуальность программы

Программа «Баскетбол» позволяет вовлечь большее количество детей, ведущих малоподвижный образ жизни, в секцию в условиях агрессивной информационной среды; формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия. Занятия в секции способствуют повышению самооценки, так как тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой

деятельности в области физической культуры и спорта.

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

Отличительные особенности программы в том, что она рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приёмов избранного вида спорта по следующим разделам:

1. Общие основы баскетбола.
2. Изучение и обучение основам техники баскетбола.
3. Изучение и обучение основам тактики игры.
4. Основы физической подготовки в баскетболе.

Адресат программы

В программе принимают участие и активно занимаются учащиеся с 13 до 17 лет, получившие разрешение врача. Основной формой работы по программе является групповое учебно-тренировочное занятие по расписанию. В процессе учебно-тренировочных занятий и на соревнованиях решаются воспитательные, оздоровительные задачи. Педагог должен следить за успеваемостью занимающихся.

Группа формируется из учащихся школьного возраста с мотивацией к спортивной деятельности.

Количество обучающихся в группе: 10 - 15 человек. Занятия проводятся всем составом в соответствии с календарным учебным графиком.

Группа может сформироваться как *разновозрастная*, так и *одновозрастная*, в зависимости от возраста ребенка.

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Дети, проявляющие выдающие способности, могут обучаться по индивидуальному образовательному маршруту.

Уровень программы, объем и сроки реализации

Программа реализуется на ознакомительном уровне.

Срок реализации программы: 1 год (74 часа).

Форма обучения: очная.

Режим занятий: Общее количество часов в год - 74 часа, 2 часа в неделю;

занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 учебных часа, где учебный час для детей от 13 до 17 лет - 45 минут, перемена - 10 минут.

Особенности организации образовательного процесса

В группу принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Набор производится с начала учебного года. Возможен добор обучающихся в объединении в процессе учебного года. Занятия групповые.

Виды занятий подбираются с учетом цели и задач, физических и индивидуальных возможностей учащихся, специфики содержания данной образовательной программы и возраста учащихся. Занятия в рамках программы проводятся в форме тренировочных занятий, бесед, соревнований, тестирований, замера антропометрических данных, спортивных конкурсов, праздников, просмотра соревнований.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы - создать условия для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом, а также сформировать и систематизировать профессиональные теоретические знания и практические умения и навыки.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить учащихся техническим приемам баскетбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимые дополнительные знания и умения в области раздела физической культуры и спорта - спортивные игры (баскетбол);
- обучить учащихся техническим и тактическим приемам баскетбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества;
- способствовать повышению работоспособности учащихся;
- развить двигательные способности учащихся;
- сформировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

7

Воспитательные:

- воспитать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитать дисциплинированность;

- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретические сведения	2	2	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	4	2	2	Обработка результатов
3	Специальная физическая подготовка	6	2	4	Обработка результатов
4	Техническая подготовка	11	2	9	Обработка результатов
5	Тактическая подготовка	11	2	9	Обработка результатов
6	Организационно-воспитательные мероприятия	6	2	4	Беседа, обработка результатов
7	Инструкторская и судейская практика	12	4	8	Анализ результатов, беседа, обработка результатов анкетирования
8	Участие в соревнованиях	8	1	7	Обработка результатов
9	Сдача контрольных нормативов	10	-	10	Педагогическое наблюдение
10	Психологическая подготовка	4	4	-	Обработка результатов анкетирования
Итого:		74	21	53	8

Содержание учебного плана

1. Теоретические сведения - 2 часа

Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история.

Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.

Форма контроля: беседа.

2. Общая физическая подготовка - 4 часа

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход

на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений - сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками разновременно, тоже во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой. Упражнения на тренажере типа «геркулес». Борьба. Гребля.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

9

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий». С перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в

высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку. Эстафеты. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч. Плавание. Ходьба на лыжах. Марш-бросок. Туристические походы.

Форма контроля: обработка результатов.

3. Специальная физическая подготовка - 6 часов

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на руках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

Форма контроля: обработка результатов.

4. Техническая подготовка - 11 часов

Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад.

Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении.

Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение

мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.

Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом.

Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении. Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту.

Форма контроля: обработка результатов.

5. Тактическая подготовка - 11 часов

Тактика нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение.

Тактика защиты. Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаки корзины. Подстраховка. Система личной защиты.

Форма контроля: обработка результатов.

6. Организационно-воспитательные мероприятия - 6 часов

Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в автобусах.

Техника пожарной безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях.

Общие и родительские собрания.

Проведение соревнований «Веселые старты», новогодних праздников и т.п.

Посещение турниров и матчей с участием спортсменов групп спортивного совершенствования.

Форма контроля: беседа, обработка результатов.

7. Инструкторская и судейская практика - 12 часов

Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений, а также беговых разминочных упражнений. Вспомогательная беседа с младшими тренерами по основным правилам игры в баскетбол. Судейская практика в двусторонних играх команд младшей группы.

Форма контроля: анализ результатов, беседа, обработка результатов анкетирования.

8. Участие в соревнованиях - 8 часов

На этапе начальной подготовки предусматривается участие обучающихся в соревнованиях общефизической направленности («Веселые старты», соревнования по кроссу, тематические спортивные праздники) и специализированные соревнования (первенство школы, первенства СДЮСШОР, города, округа по баскетболу).

Форма контроля: обработка результатов.

9. Сдача контрольных нормативов - 10 часов

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся предусматривается два раза в год в ноябре и апреле учебного года. Обучающихся аттестуют по дисциплинам:

- общая и специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка.

Сдача нормативов проводится в форме тестирования.

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

10. Психологическая подготовка - 4 часа

Психологическая подготовка юных спортсменов состоит из общепсихологической подготовки (круглогодичной), психологической подготовки к соревнованиям и управления нервно-психологическим восстановлением учащихся.

Общая психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, специализированных психических функций и психомоторных качеств.

Психологическая подготовка к соревнованиям состоит из двух разделов: общая психологическая подготовка к соревнованиям, которая проводится в течение всего года, и специальная психологическая подготовка к выступлению на конкретных соревнованиях.

В процессе управления нервно-психическим восстановлением снимается нервно-психическое напряжение, восстанавливается психическая работоспособность после тренировок, соревновательных нагрузок, развивается способность к самостоятельному восстановлению.

Форма контроля: обработка результатов анкетирования.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Образовательные результаты

В конце обучения учащиеся:

- обучатся техническим приемам баскетбола;
- будут иметь представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- приобретут дополнительные знания и умения в области раздела физической культуры и спорта - спортивные игры (баскетбол);
- обучатся техническим и тактическим приемам баскетбола;
- научатся правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие результаты

Программа предполагает развитие у учащихся:

- координации движений и основных физических качеств;
- работоспособности;
- двигательных способностей;
- навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные результаты

Программа предполагает воспитание у учащихся:

- чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- дисциплинированности;
- способности снимать стресс и раздражительность;
- умения работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

**РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ
АТТЕСТАЦИИ**

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
к программе «Баскетбол» группа 1.**

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Время проведения	Форма контроля
	план	факт						
Теоретические сведения				2				
1.	7.09	7.09	Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история.	1	Беседа	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Беседа
2.	14.09	14.09	Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	1	Беседа	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Беседа
Общая физическая подготовка				4				
3	21.09	21.09	Строевые упражнения. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов

4	28.09	28.09	Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
5	05.10	05.10	Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития ловкости.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
6	12.10	12.10	Упражнения типа «полоса препятствий». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития общей выносливости.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
Специальная физическая подготовка				4				
7	19.10	19.10	Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
8	26.10	26.10	Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
9	9.11	9.11	Упражнения для развития игровой ловкости.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
10	16.11	16.11	Упражнения для развития специальной выносливости.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
Техническая подготовка				5			18:00-19:30	

11	23.11	23.11	Прыжок. Повороты вперед, повороты назад.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
12	30.11	30.11	Ловля мяча	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
13	07.12	07.12	Передача мяча Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
14	14.12	14.12	Ведение мяча без зрительного контроля.	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
15	21.12	21.12	Броски в корзину	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
Тактическая подготовка				2				
16	28.12	28.12	Тактика нападения	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
17	11.01	11.01	Тактика защиты	1	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
Организационно-воспитательные мероприятия				5				
18	18.01	18.01	Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в автобусах.	1	Беседа	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
19	25.01	25.01	Техника пожарной безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях.	1	Беседа	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
20	01.02	01.02	Общее и родительское собрание.	1	Беседа	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов

21	08.02	08.02	Проведение соревнований	1	Соревнования	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов
22	15.02	15.02	Посещение турниров и матчей с участием спортсменов групп спортивного совершенствования.	1	Посещение	Спортивные комплексы города	18:00-19:30	Беседа
Инструкторская и судейская практика				12				
23-24	22.02-29.02	22.02-29.02	Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений, беговых разминочных упражнений.	2	Выполнение упражнений	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Анализ результатов
25-26	7.03-14.03	22.02-29.02	Вспомогательная беседа с младшими тренерами по основным правилам игры в баскетбол.	2	Беседа	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Беседа
27-28	21.03-4.04	21.03-4.04	Судейская практика в двусторонних играх команд младшей группы.	2	Практическое занятие	МБОУ СОШ № 6	18:00-19:30	Обработка результатов анкетирования
29-32	11.04-18.04-25.04-2.05	11.04-18.04-25.04-2.05	Общая психологическая подготовка к соревнованиям	4	Анкетирование	Спортивные комплексы города	18:00-19:30	Обработка результатов анкетирования

33-34	9.05-16.05	9.05-16.05	Специальная психологическая подготовка к выступлению на конкретных соревнованиях	2	Анкетирование, беседа	Спортивные комплексы города	18:00-19:30	Обработка результатов анкетирования
Итого:				34				

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ПРОГРАММЕ «БАСКЕТБОЛ»

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственный исполнитель	Планируемый результат	Примечание
1	Патриотическое воспитание	Мероприятия в рамках проведения месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы.	январь - февраль	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы основы гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей.	
		Мероприятия, посвященные Великой Победе	май			
2	Нравственное воспитание	Конкурс поделок, посвященных Дню учителя	октябрь	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы понимания смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.	
		Мероприятия, посвященные Дню матери.	ноябрь			
		Проведение мероприятий в рамках зимних каникул	январь			
		Гагаринский урок «Космос – это мы»	апрель			
3	Национальное воспитание	Акция «Я люблю свою Страну» День народного единства	ноябрь	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы гражданские и политические чувства: чувства любви к Родине, уважения к государственным символам, историческому наследию своего народа.	
		Акция «Бессмертный полк»	май			
4	Трудовое воспитание	Акция: «Украсим любимую школу»	январь	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы	
			март			

		(оформление школьных окон к Новому году, к 1 мая, ко Дню Победы)			представления об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.	
5	Семейное воспитание	«Добро пожаловать» - день открытых дверей	сентябрь-октябрь	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы ценностные представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни	
		Встречи, беседы с родителями на родительском собрании	октябрь			
7	Эстетическое воспитание	Конкурс фотографий «Золотая осень в нашем городе»	ноябрь-	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы ценностные отношения к прекрасному, представления об эстетических идеалах и ценностях	
		Мероприятия, посвященные международному женскому Дню 8 марта	март			
8	Физическое воспитание	Динамические паузы. Ежедневно, в перерывах между занятиями	в течении года	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы ценностные отношения к здоровью и здоровому образу жизни	
		Акция «Курить здоровью вредить!» посвященная Всемирному дню отказа от курения	ноябрь			
9	Экологическое воспитание	Муниципальный этап экологического месячника «Новогоднее дерево»	ноябрь-декабрь	Педагог д/о	У учащихся будут сформированы бережное отношения к окружающей среде, любовь к родному краю, умение видеть красоту природы,	
		Экологический месячник, посвященный	апрель			

10	Правовое воспитание	Международному дню Земли		Педагог д/о	<p>восторгаться ею, защищать.</p> <p>У учащихся будут сформированы представления об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.</p>
		Международная природоохранная акция «Марш парков»	апрель		
		Краевая акция «Экологический марафон»: IV этап «Утилизация»	май		
		Конкурсы проектной направленности	май		

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение (характеристика помещения для занятий по программе). Для реализации программы необходим спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными кольцами.

Перечень оборудования и инвентаря, необходимых для реализации программы:

- баскетбольные мячи на каждого обучающегося;
- набивные мячи - на каждого обучающегося;
- перекладины для подтягивания в висе — 5-7 штук;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
- резиновые эластичные бинты на каждого обучающегося;
- гимнастические маты;
- гантели;
- футбольные, баскетбольные и теннисные мячи;
- гимнастические скамейки — 5-7 штук;
- гимнастическая стенка.

Для занятий необходимо наличие спортивной формы (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для баскетбола, футболки, майки, шорты).

Информационное обеспечение:

1. Вспомогательная литература.
2. Папки с разработками материалов.
3. Тестовые методики.
4. Банк упражнений.
5. Раздаточный материал.
6. Мультимедийные презентации.
7. Интернет-источники.

Кадровое обеспечение

Программа спортивной секции «Баскетбол» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Формы работы:

- общие занятия (ведется теоретическая работа, закрепление пройденного материала, воспитательные беседы);
- групповые (ведется практическая работа над выполнением упражнений);
- по подгруппам (ведется практическая работа по выполнению упражнений);
- индивидуальные (ведется работа с учащимися с высокими и низкими показателями);
- сводные занятия (проводятся соревнования, обсуждаются организационные моменты).

Методы работы

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в баскетбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Основной показатель работы секции по баскетболу - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 - 3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Нормативные требования для групп начальной подготовки

Передвижения в защитной стойке (с)		Скоростное ведение (с, попадания)		Передача мяча (с, попадания)		Дистанционные броски %		Штрафные броски %	
мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	30	30-

Общая физическая подготовка

За основу определения общего уровня физической кондиции учащихся взяты предложенные формула и таблицы ОУФК по президентским тестам, проводимых в целом по России.

Оценочные материалы

Даны нормативы по видам программы по всем возрастным категориям в таблицах:

Возрастные оценочные нормативы для мальчиков

	ТЕСТ	13-14 лет	15-17 лет
1.	Челночный бег 3 x 10 м (сек.)	7.9	7.2
2.	Прыжок в длину с места (см.)	168	210
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	30	31
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (р ^{аз})	17	20
5.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	7	1

Возрастные оценочные нормативы для девочек

	ТЕСТ	13-14 лет	15-17 лет
1.	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	9.2	8.1
2.	Прыжок в длину с места (см)	156	178
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	31	33
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (р ^{аз})	16	19
5.	Отжимание в упоре лежа (раз)	12	14

Формула определения ОУФК по видам программы ОФП

Для бега - (норма - результат): норма

Для всех других видов - (результат - норма): норма

Общий уровень физической кондиции определяется путем деления суммы результатов ОУФК по всем видам программы на 5.

Значения ОУФК	Оценка
От 0,61 и выше	Супер
От 0,21 до 0,60	Отлично
От - 0,20 до 0,20	Хорошо
От - 0,6 до - 0,21	Удовлетворительно
От - 1,00 до - 0,61	Неудовлетворительно
От - 1,01 и ниже	Опасная зона

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:
дневник достижений учащихся, портфолио учащихся.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в соревнованиях.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы обучения

На занятиях учебной группы могут использоваться различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог. Более подробно методы обучения описаны в таблице «Методическое обеспечение программы».

Формы организации учебного занятия: беседы, практические занятия, тестирование, самостоятельная работа.

Методическое обеспечение образовательной программы

<i>№</i>	<i>Тема программы</i>	<i>Форма организации и проведения занятия</i>	<i>Методы и приёмы организации учебновоспитательного процесса</i>	<i>Дидактический материал, техническое оснащение занятий</i>	<i>Вид и форма контроля, форма предъявления результата</i>
1	Общие основы баскетбола ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства.	Вводный, положение о соревнованиях по баскетболу.
2	Общефизическая подготовка баскетболиста	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестирование, карточки судьи, протоколы
3	Специальная подготовка баскетболиста	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в группах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
4	Техническая подготовка баскетболиста	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в группах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего Терминология, жестикуляция.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
5	Игровая подготовка баскетболиста	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	практические занятия, упражнения в группах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование

Дидактические материалы

1. Картотека упражнений по баскетболу.
2. Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе.
3. Правила игры в баскетбол.
4. Правила судейства в баскетболе.
5. Положение о соревнованиях по баскетболу.

В основу программы легли определенные **педагогические принципы**:

- *принцип субъектности познающего сознания.* Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования;
- *принцип дополнительности.* Монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности;
- *принцип открытости учебной и воспитательной информации.* Мир знаний «открывается» перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не «преподносит» знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия;
- *принцип уважения к личности ребенка* в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности;
- *принцип сознательности и активности учащихся* предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков;
- *принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении* предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения;
- *принцип преемственности, последовательности и систематичности* заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития;
- *принцип доступности и пассивности* заключается в применении основного правила дидактики «от простого к сложному», «от известного к

неизвестному».

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

1. Технология индивидуализации обучения.
2. Технология дифференцированного обучения.
3. Технология развивающего обучения.
4. Технология проблемного обучения.
5. Технология проектной деятельности.
6. Технология портфолио.
7. Здоровьесберегающие технологии.
8. Информационно-коммуникационные технологии.

АЛГОРИТМ ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ

Алгоритм подготовки учебного занятия в учреждениях дополнительного образования может быть следующим:

1 этап. Анализ предыдущего учебного занятия, поиск ответов на следующие вопросы:

1. Достигло ли учебное занятие поставленной цели?
2. В каком объёме и качестве реализованы задачи занятия на каждом из его этапов?
3. Насколько полно и качественно реализовано содержание?
4. Каков в целом результат занятия, оправдался ли прогноз педагога'/?
5. За счет чего были достигнуты те или иные результаты (причины)?
6. В зависимости от результатов, что необходимо изменить в последующих учебных занятиях» какие новые элементы внести, от чего отказаться?
7. Все ли потенциальные возможности занятия и его темы были использованы для решения воспитательных и обучающих задач?

2 этап. Моделирующий. По результатам анализа предыдущего занятия

строится модель будущего учебного занятия:

- определение места данного учебного занятия в системе тем, в логике процесса обучения (здесь можно опираться на виды и разновидности занятий);
- обозначение задач учебного занятия;
- определение темы и ее потенциала, как обучающего, так и воспитательного;
- определение вида занятия, если в этом есть необходимость;
- продумывание содержательных этапов и логики занятия, отбор способов работы как педагога, так и детей на каждом этапе занятия.

3 этап. Обеспечение учебного занятия.

а) Самоподготовка педагога, подбор информации познавательного материала
б) Обеспечение учебной деятельности учащихся; подбор, изготовление дидактического, наглядного материала, раздаточного материала; подготовка заданий.

в) Хозяйственное обеспечение: подготовка кабинета, зала, местности, инвентаря, оборудования и т. д.

Алгоритм будет изменяться, уточняться, детализироваться в каждом конкретном случае. Важна сама логика действий, прослеживание педагогом последовательности как своей работы, так и учебной деятельности детей, построение учебных занятий не как отдельных, разовых, не связанных друг с другом форм работы с детьми, а построение системы обучения, которая позволит достигать высоких образовательных результатов и полностью реализовать творческий, познавательный, развивающий потенциал преподаваемого педагогом учебного предмета.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Учебные пособия для педагога:

1. Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000. -352 с.

2. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. -М.: Советский спорт, 2006. - 100 с.

3. Волейбол. Гандбол. Баскетбол: Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам/ В.Ф. Мишенькина, О.С. Шалаев, И.А. Сучков; под общей ред. Г.Я.Соколова.- Омск: СибГАФК, 1998.-60 с.

4. Волков Л.В., Теория и методика детского и юношеского спорта. «Олимпийская литература», 2002.

5. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11кл.; Метод. Пособие. -М.:Дрофа, 2003.-176 с.

6. Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения. - Изд.2-е- М.: Физкультура и спорт, 2002. -136с.

7. Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. -М.: СпортакадемПресс, 2002. -279 с.

8. Полиевский С.А., Костикова Л.В., Давыдов А.М., Ерофеев С.Д. Специальная подготовленность баскетбольных арбитров. Оценка и совершенствование. - М.: Физкультура и Спорт, 2005. - 168 с., ил.

9. Тристан В.Г., Черяпкина В.И. практикум по физиологии

висцеральных систем. Часть 1. Кровь, кровообращение, дыхание: Учебное пособие. Омск: СибГАФК, 1997.-72 с.

10. Физкультура. Методика преподавания, спортивные игры/Серия «Книга для учителя». -ростов н/Д: «Феникс», 2003. -256 с.

11. Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка Баскетболистов: Учебное пособие/СПб: СПб ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2000 - 58 с

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Волков Л.В., Теория и методика детского и юношеского спорта. «Олимпийская литература», 2002.

2. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11кл.; Метод. Пособие.-М.:Дрофа, 2003.-176 с.