

Управление образования города Ростова-на-Дону
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
города Ростова-на-Дону «Спортивная школа № 7»
(МБУ ДО СШ № 7)

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 31 августа 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО СШ № 7
_____ В.Н. Довгань

Приказ № 186-О от 31.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ПО ВИДУ СПОРТА «БАСКЕТБОЛ»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 6 -18 лет
Нормативный срок освоения программы: 10 лет

Авторы-составители:
Карпенко А.В. заместитель директора по УСР;
Лукоянова Т.П. инструктор-методист;
Колесникова Л.И. ст. инструктор-методист

г. Ростов-на-Дону, 2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

№	Раздел	Страница
1.	Пояснительная записка	3
2	Учебный план. Календарный учебный график	6
3.	Содержание программного материала	14-30
3.1.	ОФП	14
3.2.	СФП	16
3.3.	Техническая подготовка	17
3.4.	Тактическая подготовка	20
3.5.	Теоретическая подготовка	24
3.6.	Психологическая подготовка	25
3.7.	Игровая деятельность, игровая подготовка	27
3.8.	Соревнования	30
3.9.	Контрольные нормативы (тестирование)	30
4.	Педагогический контроль	31
5.	Воспитательная работа	32
6.	Условия реализации программы	33
7.	Список литературы и интернет-ресурсов для тренеров-преподавателей, обучающихся и родителей	35

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общеразвивающая программа дополнительного образования для групп спортивно-оздоровительного составлена для муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Ростова-на-Дону «Спортивная школа № 7» (МБУ ДО СШ №7), разработана на основании существующих нормативных документов для учреждений дополнительного образования, нормативных документов для учреждений дополнительного образования по физической культуре.

Программа имеет спортивно-оздоровительную *направленность*. При составлении программы учитывался опыт работы ведущих тренеров города Ростова-на-Дону и тренеров Российской Федерации.

Особенностью программы является то, что она не предусматривает подготовку спортсменов высокого класса, а направлена на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей.

Актуальность программы 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 образовательной программы:

Обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья учащихся, воспитание социально-активной личности через обучение игре в баскетбол.

Для достижения цели определены следующие воспитательные и образовательные **задачи**:

- формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;
- формирование активной творческой личности;
- приобретение высокого уровня развития необходимых двигательных навыков;
- обеспечение развития физических качеств (выносливость, быстрота, сила, ловкость, гибкость);
- овладение основами игры в баскетбол;
- овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по баскетболу;
- выявление перспективных детей для дальнейшего прохождения обучения в учебных группах.

Участники программы:

Участниками программы являются дети 6-18 лет.

Срок обучения по программе: 10 лет.

Особенности содержания программы

На первом году обучения - учащиеся знакомятся с содержанием игры в баскетбол, её привалами и основными приёмами. Приобретают основы индивидуальных и групповых действий. Особое внимание уделяется развитию физических качеств, т.е. повышению уровня физической подготовки, как

основы для успешности дальнейшего обучения. К концу учебного года осуществляется переход от подготовительных средств к наиболее специализированным для баскетболиста.

На втором году обучения - через освоение более сложных приёмов и навыков, в том числе единоборств, через осмысление на практике соревновательной деятельности создаются предпосылки для изучения командных действий.

На третьем и последующих годах обучения - упор делается на дальнейшее овладение приёмами игры в баскетбол. Учащиеся осваивают новые способы ловли и передач мяча. Увеличивается объём и интенсивность упражнений. Особое внимание уделяется специализированным упражнениям. На занятиях делается акцент на освоение командных взаимодействий, слаженности в командной игре. Шире применяется соревновательный метод.

По окончании учебного года учащиеся переходят на следующий год обучения. Наиболее успешные и одарённые дети при успешной сдаче контрольных нормативов, имеют возможность перехода в группы для обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта баскетбол.

Образовательная деятельность осуществляется по следующим разделам:

1. Теоретическая подготовка;
2. Психологическая подготовка;
3. Общая физическая подготовка;
4. Специальная физическая подготовка;
5. Техническая подготовка;
6. Тактическая подготовка;
7. Контрольные нормативы;
8. Соревнования;
9. Игровая деятельность.

Таблица 1

Режим занятий учебных групп

Часов в неделю	Занятий в неделю	Продолжительность занятия	Количество часов в год
6	2-3	2-3 часа	312

Количественный состав групп на всех этапах подготовки 15-20 человек.

Основными формами учебного процесса в группах являются:

- теоретические и групповые практические занятия;
- соревнования;
- учебные, тренировочные и товарищеские игры;
- педагогическое тестирование.
- самостоятельное изучение программного материала (домашние задания, самоподготовка).

Основные методы работы с детьми: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Задачи -1-3-го года обучения:

1. Приобретение основ теоретических знаний.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
3. Разностороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
5. Приобретение обучающимися основных навыков и умений игры в баскетбол. Совершенствование основных навыков и умений игры в баскетбол.
6. Привитие навыков соревновательной деятельности.
7. Формирование у детей коммуникативных навыков.

Задачи 4-6 года обучения:

1. Приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни
2. Дальнейшее освоение основ теоретических знаний.
3. Укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию. Повышение уровня общей физической подготовки.
4. Совершенствование основных навыков и умений игры в баскетбол.
5. Овладение индивидуальными и групповыми действиями в нападении и в защите.
6. Совершенствование навыков соревновательной деятельности.

Задачи 7-10 года обучения:

1. Дальнейшее освоение основ теоретических знаний.
2. Укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию. Повышение уровня общей физической подготовки.
3. Совершенствование основных навыков и умений игры в баскетбол.
4. Овладение индивидуальными и групповыми действиями в нападении и в защите.
5. Совершенствование навыков тактических командных действий.
6. Совершенствование навыков соревновательной деятельности.
7. Приобщение к соревновательной деятельности на уровне района, города, области.
8. Приобретение навыков судейства.

Результатом образовательной деятельности детей по программе являются показатели, характеризующие оздоровление и развитие воспитанников:

- улучшение физических кондиций;
- рост уровня развития физических качеств;
- освоение основных приёмов и навыков игры в баскетбол;

- рост личностного развития ребёнка;
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни;
- умение оценивать свои достижения.

Для определения эффективности образовательного процесса применяются следующие **формы педагогического контроля**:

Теоретическая подготовка: опрос, собеседование, экзаменационные формы.

Общезначимая подготовка: тестирование.

Освоение программного материала: тестирование, наблюдения, контрольные задания.

Сравнительные таблицы для определения уровня физической подготовленности и степени освоения программного материала, описание тестов и способы проведения диагностических процедур прилагаются в «Приложении» к программе.

2.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Таблица 2

Примерный учебный план на 52 недели учебных занятий.

Разделы подготовки	Год обучения									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Общая физическая	96	96	96	96	96	96	96	96	96	96
Специальная физическая	42	42	42	46	46	46	50	50	50	50
Техническая	62	62	62	66	66	66	70	70	70	70
Тактическая	14	14	14	30	30	30	36	36	36	36
Теоретическая	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
Психологическая	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3
Игровая деятельность	82	82	82	56	56	56	40	40	40	40
Соревнования	4	4	4	6	6	6	8	8	8	8
Контрольные нормативы	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Количество часов в неделю	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Всего часов за 52 недели	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312

Примерный учебно-тематический план для групп СОЭ-1-3

№ п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Форма контроля
		теория	практика	
I	Теоретическая подготовка			
1	Физическая культура и спорт в России	1		Беседа
2	Обзор развития вида спорта	1		
3	Оборудование и инвентарь	1		
4	Гигиенические требования к занимающимся спортом	1		
	Итого часов по разделу	4		
II	Психологическая подготовка			
1	Общая	2		Беседа, наблюдения
2	К соревнованиям	1	1	
	Итого часов по разделу	3	1	
III	Общая физическая подготовка			
1	Выносливость		12	Тестирование, наблюдения
2	Сила		14	
3	Быстрота		20	
4	Гибкость		14	
5	Ловкость		20	
6	Скоростная выносливость		16	
	Итого часов по разделу		96	
IV	Специальная физическая подготовка			
1	Быстрота движений, прыгучесть		12	Тестирование, наблюдения

2	Качества, необходимые для выполнения броска		12	
3	Игровая ловкость		10	
4	Специальная выносливость		8	
	Итого часов по разделу		42	
V	Техническая подготовка			
1	Прыжки, повороты		15	Наблюдения
2	Передачи		15	
3	Ведение		17	
4	Броски		15	
	Итого часов по разделу		62	
VI	Тактическая подготовка			
1	Тактика нападения		7	Наблюдения
2	Тактика защиты		7	
	Итого часов по разделу		14	
VII	Контрольные нормативы			
	Итого часов по разделу		8	Тестирование
VIII	Соревнования			
1	Внутришкольные		4	Наблюдения
	Итого часов по разделу		4	
IX	Игровая деятельность			
1	Подвижные игры		20	Наблюдения
2	Эстафеты		20	
3	Внутригрупповые спортивные игры		27	
4	Межгрупповые спортивные игры		15	
	Итого часов по разделу		82	
Итого часов				312

Примерный учебно-тематический план для групп СОЭ-4-6

№ п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Форма контроля
		теория	практика	
I	Теоретическая подготовка			
1	Физическая культура и спорт в России	1		Беседа
2	Правила игры в баскетбол	1		
3	Анатомия и физиология человека	1		
4	Гигиенические требования к занимающимся спортом	1		
	Итого часов по разделу	4		
II	Психологическая подготовка			
1	Общая	1		Беседа, наблюдения
2	К соревнованиям	1	1	
	Итого часов по разделу	2	1	
III	Общая физическая подготовка			
1	Выносливость		12	Тестирование, наблюдения
2	Сила		14	
3	Быстрота		20	
4	Гибкость		14	
5	Ловкость		20	
6	Скоростная выносливость		16	
	Итого часов по разделу		96	
IV	Специальная физическая подготовка			
1	Быстрота движений, прыгучесть		12	Тестирование, наблюдения
2	Качества, необходимые для выполнения броска		12	
3	Игровая ловкость		12	

4	Специальная выносливость		10	
	Итого часов по разделу		42	
V	Техническая подготовка			
1	Прыжки, повороты		16	Наблюдения
2	Передачи		16	
3	Ведение		18	
4	Броски		16	
	Итого часов по разделу		66	
VI	Тактическая подготовка			
1	Тактика нападения		20	Наблюдения
2	Тактика защиты		10	
	Итого часов по разделу		18	
VII	Контрольные нормативы			
	Итого часов по разделу		4	Тестирование
	Всего по разделу	4		
VIII	Соревнования			
1	Внутришкольные		4	Наблюдения
	Итого часов по разделу		4	
	Всего по разделу	4		
IX	Игровая деятельность			
1	Подвижные игры		8	Наблюдения
2	Эстафеты		8	
3	Внутригрупповые спортивные игры		24	
4	Межгрупповые спортивные игры		16	
	Итого часов по разделу		56	
Итого часов		312		

Примерный учебно-тематический план для групп СОЭ-7-10

№ п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Форма контроля
		теория	практика	
I	Теоретическая подготовка			
1	Физическая культура и спорт в России	1		Беседа
2	Правила игры в баскетбол	1		
3	Оборудование и инвентарь	1		
4	Анатомия и физиология человека	1		
5	Обзор развития вида спорта	1		
	Итого часов			
	Всего по разделу	5		
II	Психологическая подготовка			
1	Общая	1		Беседа, наблюдения
2	К соревнованиям	1	1	
	Итого часов	2	1	
	Всего по разделу	3		
III	Общая физическая подготовка			
1	Выносливость		12	Тестирование, наблюдения
2	Сила		14	
3	Быстрота		20	
4	Гибкость		14	
5	Ловкость		20	
6	Скоростная выносливость		16	
	Итого часов		96	
	Всего по разделу	96		
IV	Специальная физическая подготовка			

1	Быстрота движений, прыгучесть		15	Тестирование, наблюдения
2	Качества, необходимые для выполнения броска		15	
3	Игровая ловкость		10	
4	Специальная выносливость		10	
	Итого часов		50	
	Всего по разделу		50	
V	Техническая подготовка			
1	Прыжки, повороты		16	Наблюдения
2	Передачи		16	
3	Ведение		18	
4	Броски		20	
	Итого часов		70	
	Всего по разделу		70	
VI	Тактическая подготовка			
1	Тактика нападения		22	Наблюдения
2	Тактика защиты		14	
	Итого часов		36	
	Всего по разделу		36	
VII	Контрольные нормативы			
	Итого часов		8	Тестирование
	Всего по разделу		8	
VIII	Соревнования			
1	Внутришкольные		6	Наблюдения
	Итого часов		6	
	Всего по разделу		6	
IX	Игровая деятельность			

1	Подвижные игры		20	Наблюдения
2	Эстафеты		20	
3	Внутригрупповые спортивные игры		27	
4	Межгрупповые спортивные игры		10	
	Итого часов		77	
	Всего по разделу		77	
Итого часов				312

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

3.1. Общефизическая подготовка.

Общефизическая подготовка баскетболистов основана на применении разнообразных средств, направленных на развитие быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости. Общая физическая подготовка предусматривает гармоничное развитие тела подростков, укрепление опорно-двигательного аппарата, совершенствование функций внутренних органов и систем, улучшение координации движений и общее повышение уровня развития двигательных качеств. В качестве основных средств, применяются упражнения из различных видов спорта, оказывающие общее воздействие на организм занимающихся. К ним относятся: общеразвивающие упражнения, акробатические упражнения, ходьба на лыжах, футбол, ручной мяч, плавание, лёгкая атлетика и др. Применяются и специально-направленные упражнения для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Скоординированное развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости)- необходимое условие успешной подготовки баскетболиста.

Упражнения для развития основных физических качеств.

(применяемые на каждом году обучения)

Быстрота: повторный бег по дистанции от 30 до 100 метров со старта и сходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с задачей догнать партнёра. Выполнение упражнений в максимальном темпе.

Сила: Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание в висе. Отжимание в упоре. Приседания на одной и двух ногах. Переноска и перекладывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами.

Выносливость: бег равномерный и переменный 500, 800, 1000 м. Дозированный бег по пересечённой местности от 3 мин. до 45 мин (для разных возрастных групп). Плавание с учётом и без учёта времени. Подвижные игры. Спортивные игры

Гибкость: Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнёра (пассивные наклоны, отведение ног, рук, до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке. Упражнения на развитие гибкости с помощью партнёра.

Ловкость: Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперёд, назад, в стороны с места, с разбега и прыжка. Перевороты вперёд, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне; равновесие при катании на коньках. Спуск на лыжах с гор. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метания

после кувырков, поворотов. Различные вращения. Выполнение различных упражнений в непривычных условиях.

Средства общефизической подготовки для групп: СОЭ-1

1.Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.

2.Подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями и сопротивлением партнёра.

3.Легкоатлетические упражнения:

бег на короткие дистанции (10-20 м.), старты с места из различных исходных положений, ускорение 5-10 м., бег на 100-300 м., прыжки с места и с разбега в длину и в высоту, метание мячей (малых и набивных) на дальность, бег с преодолением препятствий, эстафетный бег.

4.Гимнастические упражнения:

кувырки, перевороты, стойки, упражнения на координацию движений, упражнения для формирования осанки, лазание по канату, шесту, лестнице, прыжки через препятствия. упражнения на гимнастических снарядах (перекладине, брусьях, стенке, коне), упражнения с предметами (палками, скакалками, гантелями), подтягивания, сгибание-разгибание рук в упоре лёжа, поднимание туловища из положения лёжа.

СОЭ-2

Характер и содержание физической подготовки в группах СОЭ-2 в основном остаются прежними. Изменения касаются лишь соотношения объёма общей физической подготовки и специально-подготовительных упражнений, совершенствующих наиболее важные для баскетбола двигательные качества. Объём специально-подготовительных упражнений (в частности, для развития силы и выносливости) несколько увеличивается (на 5 %). Упражнения приобретают специальный характер за счёт включения одновременных действий с мячом.

Изменяется и дозировка. Возросшие возможности детей позволяют увеличить физические нагрузки за счёт повышения интенсивности занятия. Несколько увеличивается (на 5-10%) длительность упражнений, количество повторений, длина дистанции, требование к скорости выполнения.

Содержание физической подготовки становится разнообразнее за счёт применения большего числа упражнений, в частности, подвижных и спортивных игр, чаще используют контрольные упражнения.

СОЭ-3-10

Повторение программного материала предыдущего года по общей физической подготовке характеризуется повышением объёма и интенсивности.

Наряду с материалом по общей физической подготовке, применяемым в группах СОЭ-1 и СОЭ-2, используются следующие упражнения:

бег спиной вперёд, бег боком (приставным шагом, со скрещиванием ног, прыжками, галопом) бег с ускорением, изменением направления, рывки (стартовые) с высокого старта, с разных исходных положений (с мячом, без мяча), эстафеты на короткие дистанции (15-30 м.), прыжки на одной, двух ногах через предметы (скамейка, мяч), выпрыгивание на предмет (скамейка, специальная тумба, ступенька, лестница); доставание подвешенного предмета, упражнения со скакалкой, упражнения с набивными мячами, выполнение различных упражнений после зрительного сигнала.

3.2. Специальная физическая подготовка.

Специальные упражнения:

Скоростно-силовая выносливость.

Для развития скоростно-силовой выносливости применяются:

- упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха.
- Игры учебные с удлинённым временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно.
- Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

Специальная ловкость.

Используются упражнения:

- Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения.
- Эстафеты с кувырками, акробатическими элементами, прыжками.

Прыжковые упражнения.

- Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями).
- Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определённом количестве прыжков; на количество прыжков при определённом отрезке от 10 до 50 м.).
- Прыжки на одной ноге, на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голени, набивные мячи, гантели).

Быстрота и ловкость.

- Ускорения, рывки на отрезках от 3-х до 40 м. из различных положений (сидя, стоя, лёжа) лицом, боком и спиной вперёд.
- Бег с максимальной частотой шагов, на месте и перемещаясь.
- Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнёром, в соревновании с партнёром за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его.

- Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом).
- Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции.

3.3. Техническая подготовка

Основными задачами технической подготовки являются:

- прочное освоение технических элементов баскетбола;
- владение техникой и умение сочетать в разной последовательности технические приемы;
- использование технических приемов в сложных условиях соревновательной деятельности.

К основным средствам решения задач технической подготовки относятся соревновательные и специальные упражнения.

Эффективность средств технической подготовки во многом зависит от методов обучения. В процессе подготовки используют общепринятые методы физического воспитания: практические, словесные, наглядные.

ТАБЛИЦА № 7

Нападение

Базовые элементы

Приемы игры	Год обучения				
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-10й
Гладкий бег	+	+			
Бег со сменой направления	+	+	+		
Бег со сменой скорости, ритма	+	+	+		
Прыжки с отталкиванием 1-ой и 2-мя ногами	+	+	+		
Стойка «тройной угрозы»	+	+	+		
Остановка прыжком на две ноги	+	+	+		
Остановка на два такта	+	+	+		
Вышагивания на одной ноге передний и задний «pivot»	+	+	+		
Обманные движения без мяча	+	+	+		
Обманные движения с мячом	+	+	+		
Начало движения скрестным шагом	+	+	+	+	
Начало движения прямым шагом	+	+	+	+	
Финт на бросок – начало движения	+	+	+	+	

Дриблинг (ведение мяча)

<i>Ведение мяча на месте</i>					
Ведение мяча без зрительного контроля		+	+	+	
Ведение мяча с высоким отскоком	+	+	+	+	
Ведение мяча с низким отскоком	+	+	+	+	+
Ведение маятником «ин-аут»	+	+	+	+	+

Ведение маятником вперед-назад	+*	+	+	+	
Перевод мяча с руки на руку (перевод перед собой- «кроссовер»)	+*	+	+	+	+
Перевод мяча за спиной		+	+	+	+
Перевод мяча под ногой		+*	+	+	
<i>Ведение мяча в движении</i>					
Ведение мяча по прямой	+	+			
Ведение мяча по дуге	+	+			
Ведение мяча с обводкой кругов	+	+			
Ведение мяча с обводкой конусов		+			
Ведение с изменением направления		+	+	+	+
Ведение с изменением скорости		+	+	+	+
Ведение мяча с изменением ритма				+*	+
Ведение мяча с изменением высоты отскока	+*	+	+	+	+
Перевод мяча «кроссовер»	+*	+	+	+	
Перевод мяча за спиной		+*	+	+	+
Перевод мяча под ногой			+*	+	+
Поворот через спину («пивот»)			+*	+	+
Ведение использованием «связки» (сочетание) переводов				+*	+
Ведение мяча с сопротивлением			+	+	+
Ведение мяча, в сочетании с другими техническими приемами				+	+

*Для одарённых детей.

Передачи и ловля мяча

Передача мяча двумя руками от груди прямая (chest pass)	+	+			
Передача мяча двумя руками с отскоком от пола (bounce pass)	+	+			
Передача мяча одной рукой прямая	+	+			
Передача мяча одной рукой с отскоком от пола	+	+			
Передача мяча двумя руками в движении	+*	+	+		
Передача мяча одной рукой в движении		+*	+		
Передача двумя руками из-за головы (Overhead pass)			+	+	+
Бейсбольная передача			+	+	
Передача мяча без зрительного контроля (No look pass)			+*	+	+
Передача мяча за спиной			+*	+	+
Передача мяча крючком			+*	+	+

Передача мяча с высокой траекторией «парашют»			+	+	+
Ловля мяча двумя руками на месте	+	+			
Ловля мяча двумя руками при параллельном движении	+*	+			
Ловля мяча одной рукой на месте		+*	+		
Ловля мяча двумя руками при встречном движении		+*	+		
Ловля мяча одной рукой в прыжке				+*	+
Ловля мяча двумя руками в прыжке			+	+	
Ловля мяча одной рукой параллельном движении			+	+	+
Передачи и ловля мяча с сопротивлением и в сочетании с другими техническими приемами				+*	+

*Для одарённых детей.

Бросок мяча

Бросок одной рукой с места	+	+			
Бросок одной рукой после остановки прыжком	+	+			
Бросок одной рукой после 2-х шагов	+*	+			
Бросок с отскоком от щита с ближней дистанции	+	+	+	+	
Бросок без касания щита с ближней дистанции	+*	+	+	+	
Бросок с отскоком от щита со средней дистанции			+	+	+
Штрафной бросок			+	+	+
Бросок без касания щита со средней дистанции			+	+	+
Бросок без касания щита с дальней дистанции			+	+	+
Бросок одной рукой снизу			+	+	+
Бросок «крюком»			+*	+	+
Бросок «полукрюком»			+*	+	+
Бросок с высокой траекторией «floater»					+*
Бросок с шагами в разные стороны «euro step»				+*	+
Добивание мяча после подбора		+*	+	+	
Бросок после обманных движений		+*	+	+	
Броски мяча в сочетании с другими техническими приемами		+*	+	+	+

*Для одарённых детей.

Техника защитных действий

Защитная стойка	+	+			
Перемещения в защитной стойке приставными шагами вправо/влево	+	+			
Перемещение в защитной стойке зигзагом	+	+			
Сочетания перемещений в защитной стойке с гладким бегом		+	+	+	
Выход на игрока, получившего мяч «close-out»		+	+	+	+
Вырывание мяча	+	+			
Выбивание мяча из рук соперника стоящего на месте	+	+	+		
Выбивание мяча у дриблера		+	+	+	
Перехват мяча при передаче		+	+	+	
Накрывание мяча при броске			+*	+	+
Блокировка соперника при подборе мяча на своем щите			+*	+	+
Сочетание различных защитных действий			+	+	+

*Для одарённых детей.

3.4. Тактическая подготовка

Тактическая подготовка - процесс, направленный на достижение эффективного применения технических приемов на фоне изменений игровых условий с помощью тактических действий.

Под тактической подготовкой понимается совершенствование рациональных приемов решения задач, возникающих в процессе соревновательной деятельности, и развитие специальных, определяющих решение этих задач.

Задачи тактической подготовки:

- овладеть основой индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите;

- овладеть тактическими навыками с учетом игрового амплуа в команде;

- формировать умения эффективно использовать, технические приемы и тактические действия в зависимости от условий (состояние партнеров, соперник, внешние условия);

- развивать способности к быстрым переключениям в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению;

- изучать соперников, их тактический арсенал, техническую и волевую подготовленность;

- изучать тактику ведущих команд страны и сильнейших зарубежных команд.

Для решения этих задач необходимы разнообразные средства. Ведущее место в тактической подготовке занимают упражнения по тактике (индивидуальные,

групповые, командные) и двусторонняя игра, контрольные и календарные матчи, теория тактики баскетбола.

Тактика нападения

Приемы игры	Года обучения				
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-10-й
Выбор места в нападении	+	+	+	+	
Выбор места для получения мяча, выход к мячу	+	+	+	+	
Выход к мячу L-кат		+	+	+	
Выход к мячу V-кат		+	+	+	
Вход под мяч перед игроком S -кат		+*	+	+	+
Вход за спину соперника «back door»				+	+
Выбор атакующих действий, при игре 1x1	+	+	+	+	+
«Спейсинг» -выбор места в нападении в зависимости от положения мяча и защитников			+*	+	+
Заслон для игрока без мяча				+	+
Заслон для игрока с мячом				+*	+
Выход из-под заслона для игрока без мяча			+	+	+
Взаимодействие в парах «отдал-выйди» (give and go)		+	+	+	+
Взаимодействие в двойках«из рук в руки» - «hands-off»			+	+	+
Взаимодействие в тройках:«Тройка» (пас в одну сторону, заслон в другую сторону, вход)				+	+
Взаимодействие в тройках «Крест» (пересечение, заслон наведением, «из рук в руки»)				+*	+
Взаимодействие «Восьмерка»			+	+	+
Система нападения: «Give and go» (пас и вход)			+	+	+
Система нападения «Драйв энд кик» (проход с дриблингом в трехсекундную зону-пас на периметр)			+*	+	+
Игра 2x1		+*	+	+	+
Игра 3x2, 4x3, 5x4			+	+	+
Система быстрого прорыва				+	+
Система раннего нападения				+	+

Розыгрыш стандартных ситуаций (вбрасывания)			+	+	+
Позиционное нападение против личной защиты				+	+

*Для одарённых детей.

ТАБЛИЦА № 10

Тактика защиты

Открытая защитная стойка	+	+			
Закрытая защитная стойка	+	+	+		
Опека игрока с мячом	+*	+	+	+	+
Противодействие выходу5 нападающего к мячу		+*	+		
Опека игрока на слабой стороне		+	+	+	
Выбор и применение защитных действий при игре 1x1			+*	+	
Противодействие входу перед собой		+*	+	+	
Противодействие входу за спиной			+*	+	+
Страховка			+	+	+
Действие «помоги-вернись»			+	+	+
Групповой отбор мяча					
Противодействие заслону «Смена»				+*	+
Противодействие заслону «Заступ»					+*
Противодействие заслону «Плоская помощь»					
Противодействие заслону «Двойная опека»					
Противодействие выходу из-под заслона				+*	+
Противодействие нападению игре 2x3 3x4, 4x5,				+	+
Система личной защиты		+*	+	+	+
Система «личного прессинга»				+*	+
Система зонной защиты					
Система «зонного прессинга»					

*Для одарённых детей.

3.5. Теоретическая подготовка.

Теоретическая подготовка - обязательная часть общей подготовки баскетболистов. Она помогает вооружить занимающихся широким запасом сведений о закономерностях двигательной деятельности и содержании игры. Теоретическая подготовка повышает сознательность и активность занимающихся. Они лучше усваивают практический материал, легче ориентируются в тех знаниях, которыми постоянно обогащаются в процессе учебных занятий.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме бесед, докладов, обзорных лекций, рефератов, продолжительностью 15-20 минут, или на специальных теоретических занятиях, продолжительностью 20-30 минут. Теоретические знания также приобретаются учащимися в ходе практических занятий.

Темы теоретической подготовки по годам обучения

3.5.1. Физическая культура и спорт в России

СОЭ -1-3: Понятие «физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение её для укрепления здоровья, физического развития. Роль физической культуры в воспитании. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий.

СОЭ – 4-6: Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)

С ОЭ -7-10: Спортивные игры в программе Олимпийских игр.

3.5.2. Обзор развития вида спорта

СОЭ-1-3: История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Развитие вида спорта в области, городе. Ход и итоги Чемпионатов России по баскетболу. Лучшие достижения Российских баскетболистов на международной арене. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и их состояние.

СОЭ -4-6: Баскетбол в программе Олимпийских игр. История изменения правил игры в баскетбол. История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Развитие вида спорта в области, городе.

СОЭ-7-10: Развитие вида спорта в области, городе. Ход и итоги Чемпионатов России по баскетболу. Лучшие достижения Российских баскетболистов на международной арене. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и их состояние.

Баскетбол в программе Олимпийских игр. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и их состояние.

3.5.3. Анатомия и физиология человека

СОЭ-2-3: Понятие об анатомическом строении тела человека (костная система, связочный аппарат, мышцы). Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Функции пищеварительного аппарата.

Особенности пищеварения при мышечной работе. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии.

СОЭ-4-6: Кровеносная и выделительная системы Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная ёмкость лёгких. Потребление кислорода. связочный аппарат, мышцы). Общие представления об основных системах энергообеспечения человека.

СОЭ-7-10: Функции пищеварительного аппарата. Особенности пищеварения при мышечной работе. Понятие о рациональном питании и общем расходе энергии. Кровеносная и выделительная системы. *Дыхание*. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная ёмкость лёгких. Потребление кислорода. Понятие о тренированности и перетренированности организма.

3.5.4. Гигиенические требования к занимающимся спортом.

СОЭ -1-5: Понятия о гигиене и санитарии. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Правильный режим дня спортсмена. Рациональное чередование различных видов деятельности.

СОЭ-6-10: Гигиенические требования к питанию спортсменов. Значение витаминов и минеральных солей, их нормы. Режим питания, регулирование веса. Гигиеническое значение кожи. Вредные привычки -профилактика вредных привычек.

3.5.5. Правила игры

СОЭ-2-3: Состав команды. Основные правила игры в баскетбол. Права и обязанности игроков. Штрафной бросок. Роль капитана команды, его права и обязанности. Игровая форма баскетболиста. Спорный мяч и спорный бросок. Обязанности судей.

СОЭ-4-10: Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Протокол игры. Статистика. Судейские жесты.

3.5.6. Оборудование и инвентарь.

СОЭ -1-3: Специальный инвентарь. Баскетбольный инвентарь, его хранение. Размеры и разметка площадки.

СОЭ -4-10: Баскетбольное оборудование (1). Площадка на открытом воздухе. Баскетбольное оборудование (2).

Формы контроля: опрос, беседа, тест задания, викторина.

3.6. Психологическая подготовка

Неотъемлемым компонентом учебно-тренировочного процесса юных баскетболистов является психологическая подготовка, которая с одной стороны имеет свои специфические задачи, а с другой стороны неразрывно связана с другими видами подготовки, а может как непосредственно включаться в

тренировочную деятельность спортсмена, так и осуществляется в виде специально организованных воздействий.

Основное содержание психологической подготовки юных баскетболистов состоит в следующем:

- формирование определенных личных свойств, способствующих достижению максимально высокого результата в соревновании.

К таким свойствам относятся:

- морально-нравственные качества, волевые качества обеспечивающие переносимость тренировочных и соревновательных нагрузок, а также способность к самосовершенствованию и самоконтролю.

- формирование мотивации занятий баскетболом, которая позволит сохранить заинтересованность в постоянном совершенствовании и активное творческое отношение к тренировочному процессу на протяжении длительного времени.

Совершенствование психических процессов.

- В баскетболе успех в соревновании зависит от уровня развития таких психических процессов, как:

-восприятие, представление, внимание (и таких его параметров как объем, концентрация, распределение, переключении), оперативная память, мышление.

То есть таких процессов которые обеспечивают быстрый прием и переработку информации, поступающих в процессе игры, и принятия оптимального решения, а также обеспечивают совершенное овладение сложными техническими приемами

Эффективность игровых действий в баскетболе тесно связано с нападениями сенсомоторного реагирования.

Средства психологической подготовки направленные на развитие определенных качеств и функций, на формирование определенного психоэмоционального состояния игрока, можно подразделить на: собственно психологические и сопряженные.

К психологической подготовке относятся вербальные и невербальные воздействия тренера на моральную, нравственную, волевою сферу спортсмена, физические упражнения, выполняемые в различных условиях. Например: - выполнение упражнений на фоне неблагоприятных физических факторов внешней среды, других сбивающих факторов, затрудняющих получение информации (световые, звуковые эффекты и т.п.) с целью развития толерантности к стрессовым воздействиям:

- выполнение упражнения с ограничением деятельности ведущих анализаторов (зрительных, слуховых) для совершенствования специализированных восприятия, развития объема поля зрения;
- выполнение упражнений с максимальной быстротой требующих проявления быстроты реагирования, прием как простого, так и сложного;
- применение упражнений, выполнение которых связано с риском, страхом, что способствует развитию таких волевых качеств, как решительность, смелость, самообладание; использования сложных игровых упражнений требующих проявления нестандартных действий, проведения контрольных матчей без

подсказок тренера с целью развития оперативного и тактического мышления, а также самостоятельности и инициативности;

- выполнение упражнений с максимальной быстротой требующих проявления быстроты реагирования;
- применение упражнений, выполнение которых связано с риском, страхом, что способствует развитию таких волевых качеств, как решительность, смелость, самообладание; использования, сложных игровых, упражнений, требующих проявления нестандартных действий, проведения контрольных матчей без подсказок тренера с целью развития оперативного и тактического мышления, а также самостоятельности и инициативности;
- выполнение упражнений на пределе, физических, возможностей, вызывающих значительное утомление и болевые ощущения для совершенствования волевых качеств;

3.7. Игровая деятельность и игровая подготовка (Подвижные и спортивные игры).

Раздел включает: подвижные игры; эстафеты; спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол).

Подвижные игры

Подвижные игры обладают уникальным спектром педагогического воздействия, позволяющего решать весь комплекс образовательных, воспитательных и оздоровительных задач подготовки баскетболиста. Эта особенность подвижных игр обусловлена тем, что они являются родовыми предшественниками спортивных игр и поэтому полностью воспроизводят их специфику. Более того, есть все основания считать, что подвижные игры представляют собой наиболее адекватную модель спортивно-игровой деятельности. Поэтому использование игр позволяет максимально приблизить характер и содержание подготовки баскетболистов к реальным условиям игрового соревнования.

Подвижные игры представляют собой универсальное средство педагогического воздействия, позволяющего не только совершенствовать физиологические основы жизнедеятельности организма, но и обеспечивающего овладение игровыми навыками в наиболее благоприятных для их формирования условиях. Игровая деятельность вызывает целостную реакцию организма. Двигательная деятельность играющих протекает на фоне активизации интеллектуального и эмоционально-волевого компонента психической деятельности. Это позволяет использовать игры как средство активного формирования психомоторики, развития интеллектуальных способностей и воспитания морально-нравственной основы личности занимающихся. Все это делает подвижные игры универсальным и незаменимым средством педагогического воздействия.

Только с их помощью может быть достигнута взаимообусловленная целостность психологических и физиологических компонентов, двигательной

деятельности, способствующей всестороннему развитию и формированию личности занимающихся.

Качественные особенности подвижных игр являются незаменимым инструментом активного воздействия на все функции жизнедеятельности организма, формируя их в полном соответствии со спецификой избранного вида спорта.

Используемые в программе подвижные игры можно разделить в соответствии с их направленностью:

1. Игры для развития и совершенствования физических качеств и психомоторики.

2. Игры для обучения и совершенствования владения мячом.

3. Игры для обучения и совершенствования ловли и передачи мяча.

4. Игры для обучения и совершенствования бросков мяча.

На первом году обучения (СОЭ-1) преимущественно используются игры, направленные на развитие и совершенствование физических качеств и психомоторики.

На втором году (СОЭ-2)- игры для обучения и совершенствования владения, ловли и передачи мяча, а также игры первого года обучения.

На третьем году обучения (СОЭ-3) предпочтение отдаётся играм для обучения и совершенствования бросков мяча.

В зависимости от возраста и подготовленности учащихся, педагог на протяжении всего периода обучения может варьировать материал подвижных игр, постепенно меняя или усложняя правила.

Методы организации подвижных игр.

Игры следует проводить с целью закрепления тех или иных умений и навыков, приобретённых учащимися в процессе занятий. Выбор игры зависит от педагогических задач, поставленных педагогом на занятие. Имеет значение также физическая и техническая подготовленность занимающихся. Подвижная игра может быть эффективной только в том случае, если упражнения, закрепляемые в ней, достаточно хорошо изучены. Поэтому сначала нужно давать игры с заданиями на правильность и точность выполнения упражнений, на меньшее количество ошибок и только в последующем - кто быстрее и кто больше выполнит упражнение. В организации подвижных игр применяются два самостоятельных метода физического воспитания - ***игровой и соревновательный***, которые в современных условиях оказались наиболее распространёнными и составляют основу современной системы физического воспитания. Оба эти метода предполагают системное использование игр и игровых, соревновательных упражнений, отличающихся наибольшей привлекательностью для всех контингентов занимающихся.

Игровой метод наиболее привлекателен для использования на занятиях с детьми. Его применение обеспечивает положительный эмоциональный отклик и постоянную высокую заинтересованность в выполнении заданий.

Соревновательный метод помогает формированию психологического стереотипа, адекватного соревновательным условиям, и способствует формированию морально-волевых качеств.

Систематическое использование «игрового и соревновательного метода» позволяет осуществить заблаговременную психологическую подготовку занимающихся к реальным условиям спортивно-игрового соревнования. Уже в подвижных играх дети учатся контролировать свои эмоции, подчиняться правилам и решениям судей, учатся действовать самостоятельно, инициативно и решать игровые задачи во взаимодействии со своими партнерами.

Подвижные игры обладают возможностью произвольной реконструкции своего содержания, в нужной мере моделирующей изучаемую игровую ситуацию, поэтому применение разнообразных подвижных игр и игровых действий позволяет:

- расширить и обогатить запас двигательных умений и навыков;
- повысить уровень развития физических качеств и уровень физической подготовленности;
- воспитывать коллективизм, укреплять дружеские отношения между занимающимися;
- успешно решать задачи начального обучения;
- закреплять и совершенствовать техники и тактики спортивных игр;
- преодолевать разрыв между умениями и действиями, мыслью и морально-волевыми и двигательными качествами.

Эстафеты:

Характерной особенностью эстафет является то, что участники ведут борьбу за всю команду, или самостоятельно, или группами при взаимоподдержке и взаимопомощи партнёров, но без непосредственного контакта с соперниками. Для развития быстроты и ловкости, как наиболее важных качеств баскетболиста, используются разнообразные эстафеты (с препятствиями, в парах, скоростные, круговые, с предметами и без предмета). Структурными компонентами игр-эстафет могут быть и отдельные приёмы баскетбола или их многообразные сочетания, выполняемые в заданных условиях и с различной степенью сложности.

Спортивные игры:

Одним из средств подготовки юных баскетболистов являются спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол, гандбол,), так как все эти игры являются командными и их в значительной степени объединяет общность игровых действий (индивидуальные, групповые, командные).

Использование спортивных игр при подготовке юных баскетболистов обеспечивает, прежде всего, хорошую функциональную подготовку, учит умению передвигаться по площадке различными способами, учит взаимодействию участников игры, развивает игровое мышление. Выработывает командный дух, характер и волю к победе.

Игровая подготовка

Игровая подготовка включает *учебные игры, товарищеские игры*

- **Внутригрупповые (учебные) игры:**

Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит в учебных играх. Они

проводятся либо на одной половине площадки, либо на всей площадке. Ученикам дается задание по пройденному учебному материалу.

- **Товарищеские игры:**

Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит и в товарищеских играх.

Они проводятся по договоренности с другими учебными группами (командами).

3.8. Соревнования

При подготовке баскетболистов по программе предусматривается проведение соревнований:

1. Внутригрупповые.

Проводятся по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, по учебным играм по баскетболу.

2. Межгрупповые.

Проводятся между группами, в виде соревнований по общей физической подготовке по подвижным и спортивным играм, по учебным играм по баскетболу.

3.9. Контрольные нормативы

Контрольные нормативы в группах занимающихся по программе принимаются два раза в год:

- в виде входящего тестирования в начале учебного года (сентябрь-октябрь) ;
- в виде годового итогового тестирования в мае месяце.

Обучающиеся выполняют 4 норматива без предъявления требований к результатам :

- Рывок -20метров
- Прыжок в длину с места
- Прыжок в высоту с места
- Челночный бег 3х 10 метров

Проводиться сравнительный анализ результатов входящего тестирования и годового итогового тестирования для выявления динамики.

4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении. Применяются следующие виды и формы контроля:

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

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

- **итоговая аттестация**, проводится в конце каждого учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний (апрель-май);

- **текущий контроль** (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья), осуществляется педагогом в форме наблюдения;

Теоретическая подготовка

Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела теоретическая подготовка осуществляется посредством использования таких **методов** как опрос, собеседование, творческое задание.

Формой контроля является проведение викторин, семинаров.

Общefизическая подготовка

Контроль эффективности применяемых средств по **общefизической подготовке** проводятся контрольными упражнениями проводится дважды в начале учебного года (сентябрь) - предварительная аттестация и конце учебного года (май) - итоговая аттестация. Учащиеся выполняют следующие тестовые задания:

- бег на короткие дистанции (20 м);

- челночный бег 3x10 м.

- прыжки в длину;

- прыжки в высоту

Формой контроля является педагогическое тестирование, которое проводится в начале и конце учебного года.

Результат определяется по динамике роста физической подготовленности обучающегося.

Освоение основных элементов баскетбола.

Контроль освоения учащимися основных элементов баскетбола проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения движения.

Используются следующие тестовые упражнения:

- челночный бег (3x10) без мяча и с ведением мяча правой, левой рукой;
- передачи мяча: двумя от груди, одной от плеча, двумя руками из-за головы (%попаданий)
- броски с места в кольцо с лева, с права, по центру (%попаданий)

Формой контроля освоения основных элементов баскетбола является педагогическое тестирование, которое проводится в середине и конце учебного года. **Результат** определяется по динамике роста физической подготовки обучающегося.

Освоение игровых действий.

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается в вынесении *оценочных суждений* по выполнению учащимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Для юных баскетболистов (главной задачей в этом разделе считается):

- уметь ориентироваться на площадке (своё, чужое кольцо);
- научиться правильно выбирать решение (бросить в кольцо, сделать передачу, вести мяч);
- уметь распределяться в игре при личной защите (один игрок «держит» одного игрока другой команды по силам);
- уметь переключаться от игры в защите в игру в нападение;
- правильно занимать место в защите и нападении по отношению к кольцу и соперникам;
- уметь взаимодействовать в нападении и защите в разных количественных соотношениях игроков;
- вводить мяч в игру после забитого мяча и нарушения правил игры в баскетбол соперником;
- уметь взаимодействовать в команде, как в нападении, так и в защите).

Методом контроля является метод наблюдения, в результате которого выносятся оценочные суждения по овладению учащимся игровыми действиями (тактическими действиями) соответственно возрастной группе и периоду обучения.

Формой контроля освоения игровых действий являются внутригрупповые игры, соревнования, товарищеские встреч

5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

Специфика воспитательной работы состоит в том, что педагог может проводить ее во время учебных занятий и дополнительно в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время.

На протяжении всей работы тренер-преподаватель формирует у занимающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость,

коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

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

Основные воспитательные мероприятия:

- торжественный прием вновь поступивших в группу;
- проводы выпускников;
- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, культпоходы в театры и на выставки;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые сборы и субботники;
- оформление стендов и газет.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания общечеловеческих ценностей, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивной борьбы на площадке и вне ее. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям в баскетболе (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей). Перед соревнованиями необходимо настраивать игроков не только на достижение победы, но и на проявление в поединке морально-волевых качеств и принципов честной игры.

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение: педагоги, имеющие среднее и высшее специальное образование, имеющие опыт работы с детским коллективом, обладающие знаниями и практическими умениями вида спорта баскетбол, стремящиеся к профессиональному росту.

Информационно-методическое обеспечение включает в себя перечень: дидактические и учебные материалы, DVD-записи спортивных праздников НБА (Запад-Восток), новейшие методические разработки в области баскетбола, интернет -ресурсы

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания:

в образовательном процессе используются элементы педагогических технологий - технология развивающего обучения, коллективного взаимообучения, игровые технологии, технология дифференцированного обучения. Средства обучения - такие как визуальные: таблицы, схемы, натуральные объекты (их модели) и т.п.; аудиальные: радио, магнитофон, проектор, аудиовизуальные: фильмы, телевидение, видеосюжеты и т.п.

Материально-техническое обеспечение

Занятия по программе проводятся на базе Спортивной школы № 7 и ОУ города Ростова-на-Дону. Занятия организуются в спортивных залах, на спортивных площадках, соответствующих требованиям СанПиН и техники безопасности.

В спортивных залах имеется следующее учебное оборудование:
•мультимедийное оборудование; • ноутбук; • тренажеры и тренажерный зал, спортивный зал с баскетбольным оборудованием, раздевалки, душевые и инвентарь:

Инвентарь	Количество
баскетбольные щиты с кольцами	бшт
баскетбольный мяч	20
Конус	10
медицинбол 1кг	5
2кг	5
3кг	5
4кг	5
5кг	5
скакалки	20
мяч футбольный	1
мяч волейбольный	1
жгут резиновый	4

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ РЕСУРСОВ ДЛЯ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. -100 с.
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405991397/>
2. Баскетбол. Правила игры. Регион. Санкт-Петербург 2007 г. Электронный ресурс <https://metaratings.ru/sports-terms/pravila-igry-v-basketbol/>
3. Би К., Нортон К. Упражнения в баскетболе. Пер. с англ. М., ФиС, 1999 г. Электронный ресурс <https://search.rsl.ru/ru/record/01007276857>
4. Билл Гатмен и Том Финнеган. «Всё о тренировке юного баскетболиста». Москва АСТ * Астрель 2007 г. Электронный ресурс <https://www.livelib.ru/book/1000234676-vse-o-trenirovke-yunogo-basketbolista-bill-gatmen>
5. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999 г. - 256 с. Электронный ресурс <https://search.rsl.ru/ru/record/01001379413>
6. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006г. - 211, [13] с.: с илл. Электронный ресурс <https://knigogid.ru/books/960665-vse-o-trenirovke-yunogo-basketbolista>
7. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1997. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт») Электронный ресурс <https://studfile.net/preview/2835508/page:17/>
8. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола Гранд Фаир 2002г.
9. Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г. Электронный ресурс <https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf>
10. Методическое пособие для учителей физической культуры, руководителей спортивных секций, студентов физкультурных специальных вузов. Швапко Л.Г. развёрнутые планы-конспекты по баскетболу в 5-8 классах. Минск 2008 г. Электронный ресурс http://fizra137.narod.ru/archives/basketball_plany_5class.pdf
11. Пинхолстер Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений (перевод с английского) М., ФиС ,2000 г. - 1964 с. с илл. Электронный ресурс <https://search.rsl.ru/ru/record/01007324672>
12. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008. - 62 с. Электронный ресурс <https://aviakniga.ru/magazin/product/igry-v-trenirovke-basketbolistov-uchebno-metodicheskoye-posobiye-izdaniye-vtoroye-dopolnennoye-ispravlennoye-portnykh-yu-i>
13. Сортел,Н. Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков АСТ: Астрель, 2005 г. Электронный ресурс <https://spbib.ru/en/catalog/-/books/12425365-basketbol-pervyye-shagi-100-uprazhneniy-i-sovetov-dlya-yunykh-igrokov>
14. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая

школа тренеров по баскетболу. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007. - 134 с.
Электронный ресурс <https://search.rsl.ru/ru/record/01006934734>