

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА Д. СТАРАЯ МОНЬЯ

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета

Протокол №. 13 от 29.08.24

Директор ОО

/ Н.П. Васильева

Приказ №

58

от

30.08.24



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст детей 12-15 лет
Срок реализации программы 1 год

Автор-составитель:

Никифорова Надежда Ивановна,
педагог дополнительного образования

Д. Старая Монья
2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности "Баскетбол" разработана в соответствии нормативными документами:

-Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

-Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении и профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

-Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

-Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»

-Распоряжение Правительства УР от 01 августа 2022 года № 842-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»

- Уставом Муниципального общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы д. Старая Монья

- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ СОШ д. Старая Монья

-Локальными актами МОУ СОШ д. Старая Монья.

Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений. Применяется в общеобразовательных учреждениях, где используется программа В.И. Ляха, А.А. Зданевича, вариативная часть баскетбол.

Актуальность программы:

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувства коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба

Цель программы: формирование моральных и волевых качеств учащихся, укрепление их здоровья через спортивную игру в баскетбол.

Реализация данной цели предполагает решение следующих задач:

ОБУЧАЮЩИЕ:

☐ Обучать техническим приемам баскетбола;

☐

Дать набор необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);

- ☐ Обучать правилам регулирования своей физической нагрузки;
- ☐ Обучать правилам закаливания организма.

Развивающие:

- ☐ Формировать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- ☐ Развивать координацию движений и основные физические качества.
- ☐ Формировать убеждения в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- ☐ Укреплять здоровье детей,
- ☐ Способствовать повышению работоспособности обучающихся,
- ☐ Развивать двигательные способности,
- ☐ Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные:

- ☐ Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- ☐ Воспитывать дисциплинированность;
- ☐ Способствовать снятию стрессов и раздражительности.
- ☐ Пропагандировать здоровый образ жизни, что может способствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;
- ☐ Популяризировать участие подрастающего поколения жителей нашего города в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Адресат программы - данная программа реализуется для детей 11-15 лет (в группе 15-20 человек)

Объем программы и срок реализации :

Занятиям по виду «Баскетбол» отводится **2 часа** в неделю. Соответственно программа рассчитана на **68 учебных** часа в год. Продолжительность занятий 45 мин.

**Планируемые результаты освоения курса
(Личностные, метапредметные и предметные)**

По окончании изучения курса «Баскетбол» должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты	
будут сформированы	

- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой; - Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества; - Мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции;	- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха; - Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований; - Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью
	людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
<i>получат возможность</i>	
- Владеть правилами поведения во время соревнований, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности;	- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):	
<i>будут сформированы</i>	
- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих; - Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры; - Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;	- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием; - Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий; - Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;
<i>получат возможность</i>	
-Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;	- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;
Предметные результаты	

<i>будут сформированы</i>	
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; - Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности; - Играть в баскетбол с соблюдением основных правил;	- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; - Использовать подвижные игры с элементами волейбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека; - Демонстрировать жесты баскетбольного судьи; - Проводить судейство по баскетболу;
<i>получат возможность</i>	

- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности; - Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности; - Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
---	---

Содержание

Теоретические знания-5 часов. История развития баскетбола в России и в Удмуртии Известные баскетболисты Удмуртии. Особенности полового созревания у девочек. Понятие о телосложении человека. *Основы методики обучения игре баскетбол. Тренировки.* Овладение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами. Правила игры баскетбол. Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.

Техническая подготовка-34 часа.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной, вперед, лицом. Остановка двумя шагами и прыжком.

Овладение техникой ведения мяча. На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении.

Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. Ловля мяча после полуотскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении. *Овладение техникой бросков мяча.* Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.

Тактическая подготовка – 10 часов. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита.. Командные действия в защите. Командные действия в нападении.

Общefизическая подготовка – 15 часов. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах. Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Соревнования-4 часа. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Условия реализации программы**Материально-технические:**

Место проведения: физкультурный зал.

Спортивное оборудование:

баскетбольный щит с корзиной (стационарный); корзины напольные,. Сетка длиной 40см. Корзины подвешиваются не ниже 180см.,не выше 200 см над уровнем площадки.

Спортивный инвентарь:

Мячи надувные разного веса и диаметра, кегли, фитбол.

Учебный план

Раздел(тема)	Кол-вочасов		
	Общешко- л-во часов	Теоретиче- ских	Практических
1. Теоретические знания	5	5	
2.Техническая подготовка:	34		
<i>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</i>	6		6
<i>Овладение техникой ведения мяча.</i>	10		10
<i>Овладение техникой ловли и передачи мяча.</i>	8		8
<i>Овладение техникой бросков мяча</i>	10		10
3.Тактическая подготовка:	10		
<i>нападение</i>	5	1	4
<i>защита</i>	5	1	4
4.Общефизическая подготовка	15		15
ИТОГО:	68	5	63

Календарно-тематическое планирование

Месяц	№занятий	Занятия
сентябрь	1	Т.Б. на занятиях по баскетболу. Гигиена. Одежда, обувь. Ведение мяча в разных направлениях и стойках.
сентябрь	2	Ведение мяча. Передачи в парах от груди двумя, от плеча одной. Комбинации с мячами в движении. Основные правила игры в баскетбол.
сентябрь	3	Комбинации с ведением мяча. Броски с места в корзину. Передачи в парах в движении. Игра в баскетбол.
сентябрь	4	Вырывание и выбивание мяча. Броски в корзину в движении. Передачи в тройках на месте. Игра в баскетбол.
сентябрь	5	Общефизическая подготовка
сентябрь	6	Комбинации с перемещениями и передачами. Броски в корзину с места. Правила игры. Игра в баскетбол.
сентябрь	7	Ведение в разных стойках. Броски в корзину после передачи. Игра в защите. Штрафные броски.
сентябрь	8	Игра в баскетбол с разбором ошибок по ходу игры.
октябрь	9	Ведение мяча и передачи в тройках. Штрафные броски. Вырывание и выбивание мяча. Двусторонняя игра.
октябрь	10	Общефизическая подготовка.
октябрь	11	Комбинации с ведением мяча. Ведение и передачи на скорость. Двусторонняя игра.
октябрь	12	Командная защита. Быстрый прорыв. Броски в корзину после передачи.
октябрь	13	Передачи в парах в движении. Ведение с двумя мячами. Двусторонняя игра.
октябрь	14	Ведение мяча в различных стойках. Броски мяча после ведения. Игра в снайпер.
октябрь	15	Комбинация из освоенных элементов ведения и передач. Веселые старты.
октябрь	16	Нападение без изменения позиций игроков. Броски в корзину с места. Двусторонняя игра.
ноябрь	17	Двусторонняя игра с разбором ошибок по ходу игры.

ноябрь	18	Круговая тренировка с элементами баскетбола. Судейство в баскетболе.
--------	----	--

ноябрь	19	Ведение мяча с различной скоростью и стойках. Штрафные броски. Броски мяча в движении.
ноябрь	20	Общефизическая подготовка.
ноябрь	21	Работа с мячами в парах на месте и в движении. Двусторонняя игра.
ноябрь	22	Позиционная защита. Комбинация из ведения и бросков в корзину.
ноябрь	23	Развитие скоростно-силовых способностей. Игры на развитие быстроты.
ноябрь	24	Просмотр видео материалов игр по баскетболу.
декабрь	25	Кустовые соревнования по баскетболу в д. Новая Монья.
декабрь	26	Разбор кустовых игр.
декабрь	27	Ловли и передачи в движении. Жонглирование мячами. Терминология баскетбола.
декабрь	28	Районные соревнования по баскетболу. Финал.
декабрь	29	Двусторонняя игра. Разбор финальных игр.
декабрь	30	Общефизическая подготовка.
декабрь	31	Позиционная игра в защите и в нападении. Штрафные броски.
декабрь	32	Комбинация из ведения и бросков. Игры на развитие внимания.
январь	33	Двусторонняя игра. Судейство и терминология.
январь	34	Тесты на внимание и быстроту. Обзор видеоигр.
январь	35	Броски мяча с трех точек на скорость. Вырывание и выбивание мяча. О.Р.У.

январь	36	Новогодние игры на приз Деда Мороза
январь	37	Новогодние игры на приз Деда Мороза
январь	38	Подвижные игры с элементами баскетбола. Тестирование. Двусторонняя игра.
январь	39	Работа с мячами в парах на месте и в движении. Двусторонняя игра.
январь	40	Ведение мяча в различных стойках и скоростью. Передачи в парах в движении.
февраль	41	Общефизическая подготовка
февраль	42	Защитные действия игрока в защите. Прессинг. Двусторонняя игра.
февраль	43	Броски мяча с трех точек на скорость. Вырывание и выбивание мяча. О.Р.У.
февраль	44	Ведение мяча с различной скоростью и стойках. Штрафные броски. Броски мяча в движении
февраль	45	Броски в корзину после передачи в прыжке. Ведение мяча на скорость. Штрафные броски.
февраль	46	Броски в корзину после передачи в прыжке. Ведение мяча на скорость. Штрафные броски
февраль	47	Двусторонняя игра с разбором ошибок.
март	48	Комбинации с ведением мяча. Ведение и передачи на скорость. Двусторонняя игра
март	49	О.Р.У. на развитие быстроты и скорости. Тестирование.
март	50	Турнир по баскетболу в честь 8 Марта.
март	51	Броски в корзину в прыжке после передачи. Игры на развитие внимания.
март	52	Ведение мяча с различной скоростью и стойках. Штрафные броски. Броски мяча в движении
март	53	Работа с мячами в парах на месте и в движении. Двусторонняя игра.
март	54	Броски в корзину после передачи в прыжке. Ведение мяча на скорость. Штрафные броски
март	55	Общефизическая подготовка
март	56	Комбинация из освоенных элементов владения бросков, ведения, передач. Двусторонняя игра.
апрель	57	Броски в корзину в прыжке. Штрафные броски. Ведение мяча на скорость
апрель	58	Защитные действия игрока в защите. Прессинг. Двусторонняя игра.
апрель	59	Броски мяча с трех точек на скорость. Вырывание и выбивание мяча. О.Р.У.
апрель	60	Турнир по баскетболу по классам.
апрель	61	Веселые старты с элементами баскетбола. Тестирование.
апрель	62	Круговая тренировка. Тестирование.
апрель	63	Защитные действия игрока в защите. Прессинг. Двусторонняя игра.
апрель	64	Броски в корзину после передачи в прыжке. Ведение мяча на скорость. Штрафные броски

май	65	Двусторонняя игра. Разбор судейства
май	66	Сдача контрольных нормативов.
май	67	Сдача контрольных нормативов.
май	68	Подведение итогов. Задачи на летний период.

Методическое обеспечение программы

Разделы программы	Формы занятий	Дидактическое техническое оснащение занятия	Подведение итогов
1. Тактические подготовка	Беседа, практические занятия, игры	Комплекс подводящих упражнений; комплекс упражнений для разминки;	Определить качество освоения умений и навыков по волейболу
2. Тактическая подготовка	Беседа, практические занятия, двусторонние игры, соревнования.	Комплекс подводящих упражнений;	Соревнования
3. Общефизическая подготовка	Практические занятия	Комплекс упражнений для развития определенных физических качеств.	Определить уровень физической подготовленности.

Этапы педагогического контроля

Целью педагогического контроля является оценка знаний и умений обучающихся на различных ступенях освоения программы, коррекция программы в соответствии с изменением условий и характера обучения.

Вид	Цель	Содержание	Форма проведения	Критерии
Входящий	Определить уровень физической подготовленности	Комплекс упражнений (см. приложение)	Практическое задание	Низкий уровень Средний уровень Высокий уровень

Текущий	Определить качество освоения двигательных умений и навыков	Участие на соревнованиях	Соревнование	Правильность и точность применения ранее обученных двигательных действий на соревнованиях
Итоговый	Определить уровень физической подготовленности	Комплекс упражнений (см. приложение)	Практическое задание	Низкий уровень Средний уровень Высокий уровень

Календарный учебный график.

Полугоди е	Месяц	Недели обучения	Даты учебных недель	1 год обучения
1 полугодие	Сентябрь	1	02-08	У ВА
		2	09-15	У
		3	16-22	У
		4	23-29	У
	Октябрь	5	30-06.10	У
		6	7-13	У
		7	14-20	У
		8	21-27	У
	Ноябрь	9	28-03.11	У
		10	04-10	У, П
		11	11-17	У
		12	18-24	У
		13	25-01.12	У
	Декабрь	14	02-08	У
		15	09-15	У
		16	16-22	У
		17	23-29	У, ПА
2 полугодие	Январь	18	30-05.12	П
		19	06-12	П,У
		20	13-19	У
		21	20-26	У
		22	27-02.02	У
	Февраль	23	03-09	У
		24	10-16	У
		25	17-23	У,П
		26	24-02.03	У
	Март	27	03-09	У,П
		28	10-16	У
		29	17-23	У
		30	24-30	У
	Апрель	31	31-06.04	У
		32	07-13	У
		33	14-20	У
		34	21-27	У
	Май	35	28-04.05	У,П
		36	05-11	У,П
		37	12-18	У
		38	19-25	У
		39	26-31	ИА
	Всего учебных недель			34
	Всего часов по программе			68
	Дата учебного года			01.09.2024г.
	Дата окончания учебного года			31.05.2025г.

Условные обозначения: ВА – входная аттестация

У – учебная неделя ПА – промежуточная аттестация

**Рабочая программа воспитания,
Календарный план воспитательной работы.**

Цель: Создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности.

Направление 1 Формирование и развитие творческих способностей обучающихся

Задачи: Создание условий для развития творческих способностей обучающихся через разнообразные формы деятельности

Сроки	Мероприятие
СЕНТЯБРЬ	
1 сентября	День знаний
3 сентября	День окончания Второй мировой войны
8 сентября	Международный день распространения грамотности
ОКТАБРЬ	
4 октября	День защиты животных
5 октября	День учителя
24 октября	День спецназа
НОЯБРЬ	
4 ноября	День народного единства
26 ноября	День матери
	День государственного герба Российской Федерации
ДЕКАБРЬ	
3 декабря	День неизвестного солдата
3 декабря	Международный день инвалидов
5 декабря	День волонтеров
9 декабря	День героев Отечества
12 декабря	День Конституции Российской Федерации
ЯНВАРЬ	
25 января	День российского студенчества
27 января	День полного освобождения Ленинграда
27 января	День памяти жертв Холокоста
ФЕВРАЛЬ	
2 февраля	День разгрома фашистских войск в Сталинградской битве
8 февраля	День Российской науки
21 февраля	Международный день родного языка
23 февраля	День защитника Отечества
МАРТ	
8 марта	Международный женский день
18 марта	День воссоединения России и Крыма
27 марта	Всемирный день театра
АПРЕЛЬ	

12 апреля	День космонавтики
19 апреля	День памяти о геноциде советского народа нацистами
МАЙ	
1 мая	Праздник весны и труда
9 мая	День Победы
19 мая	День детских общественных организаций России
24 мая	День славянской письменности и культуры

Направление 2. Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся.

Задача: Формирование культуры поведения, уважения к личности, становление и развитие высоконравственного, ответственного, инициативного и социально компетентного гражданина и патриота

Сроки	Мероприятие
СЕНТЯБРЬ	
даты	Профилактические беседы с детьми «Правила поведения на занятиях в кабинете, в общественных местах»
ОКТЯБРЬ	
	Акция Милосердие ко дню Пожилого человека «Добрые дела живут века»
НОЯБРЬ	
ДЕКАБРЬ	
ЯНВАРЬ	
	Беседа «Рождественские праздники на Руси» познавательные мероприятия во время зимних каникул
ФЕВРАЛЬ	
	Уроки мужества . Цикл бесед «Героев наших имена», посвященных Дню защитников Отечества.
МАРТ	
	К Всероссийской неделе детской и юношеской книги КВН «Сказки водят хоровод»
АПРЕЛЬ	
	Игра –путешествие «Космические приключения»
МАЙ	
	презентация «Дети – герои Великой Отечественной войны»,

Направление 3. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы

Задачи: укреплению физического, нравственно-психического здоровья учащихся, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Сроки	Мероприятие
СЕНТЯБРЬ	
	Проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях , соблюдение правил пожарной безопасности
ОКТЯБРЬ	
в течение года	Физкультминутки для релаксации, гимнастика для глаз, упражнения для снятия утомляемости
НОЯБРЬ	

	Профилактическая беседа «Мы знакомимся с дорожными знаками»
ДЕКАБРЬ	
	Проведение инструктажа о правилах поведения на новогодних праздниках, во время зимних каникул, об осторожном обращении с петардами , гирляндами и бенгальскими огнями
ЯНВАРЬ	
	Профилактическая беседа о соблюдении температурного режима, предупреждение обморожения при низких температурах
ФЕВРАЛЬ	
	Профилактическая беседа «Интернет-безопасность»
МАРТ	
	Профилактическая беседа «Осторожно – тонкий лёд!», «
АПРЕЛЬ	
	Соблюдение техники безопасности при сходе снега с крыш, тонкий лёд, гололёд.
МАЙ	
	Инструктаж, беседа о правилах поведения во время летних каникул, правила поведения на водоемах, в лесу.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баскетбол: средства и методы обучения/учеб. пособие ИПОСыктГУ 2011.
2. Обучение технике баскетбола специализирующихся по модулю «Баскетбол»: учеб.-метод. пособие / А. Я. Степанов, А. В. Лебедев ; Изд-во ВлГУ, 2015.
3. Учебник для общеобразовательных учреждений В.И.Лях М-Просвещение 2012г.
4. Журналы <<Физическая культура в школе>>
5. Савин С.А. Тренировка баскетболистов. М.: ФиС, 2002.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие. М.: Академия, 2000.

Приложение

Таблица оценки тестов

Наименование теста	Высокий		Средний		Низкий	
	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
“Змейка” с ведением мяча 2Х15 м/сек	10,0	11,0	10,5	11,5	11,0	12,0

Челночный бег” с ведением мяча 3X10 м/сек	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
Штрафной бросок, 10 бросков (кол-во попаданий)	5	5	4	4	3	3
Бросок в движении, 10 бросков (кол-во попаданий)	5	5	4	4	3	3
Передача мяча в	19	18	18	17	17	16

стенуза30 сек (кол- во передач)						
--	--	--	--	--	--	--

Контрольные нормативы в беге на 20м

класс	девочки			мальчики		
	высокий	Выше среднего	средний	высокий	Выше среднего	сре
13-14лет	3,8именее	3,9-4,0	4,1	3,7именее	3,8-4,0	4,0
15лет	3,7именее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5именее	3,6-3,8	3,9
13лет	3,5именее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3именее	3,4-3,7	3,8

Передачи и броски мяча

№	Контрольные упражнения	возраст		
		13-14 лет	15 лет	16 лет
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество раз)	20	22	23
2.	5 штрафных бросков (попаданий)	2	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий)	6	7	8