****

 Образовательная программа «Баскетбол» является программой физкультурно-спортивной направленности.

Образовательная программа спортивного объединения по общей физической подготовке составлена в соответствии с:

\*       Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

\* Законом РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации (от29.04.98 №80-ФЗ);

\* Городскими целевыми программами: «Совершенствование процесса физического воспитания в общеобразовательных учреждениях» (от 16.07.02).

\*Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для учреждений дополнительного и профессионального образования (Сан. ПиН. 2.4.4.3172-14);

Рабочая программа разработана с учетом комплексной  программы по физической культуре (*Лях, В. И.* Физическая культура. 5-9 классы. Рабочие программы /В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2014).

Программа дает распределение учебных часов по разделам курса, содержит распределение  материала по темам.

Программа рассчитана на учащихся 11-15 лет. Все занимающиеся входят в состав учебно-тренировочной группы.

**Рабочая программа имеет следующую структуру:**

1.Пояснительная записка

2. Учебный план

3.Календарно-учебный график

4.Содержание программы

5.Методическое обеспечение программы

6.Список литературы

**Пояснительная записка**

**Основные содержательные линии**

Кружок «Баскетбол»не дублирует предмет физической культуры. Он предусматривает теоретические и практические занятия, организацию соревнований и участие в них. В программе курса выделены две основные содержательные линии: «Укрепление здоровья» и «Физическая подготовка».

         Первая содержательная линия включает знания о роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гигиенические правила по закаливанию организма, правила подбора спортивной одежды и обуви для игры в баскетбол, а также требования к соблюдению безопасности при игре в баскетбол.

Вторая содержательная линия включает игры и упражнения по баскетболу.

**Актуальность содержания**

Баскетбол является одной из любимых и популярных игр среди детей. Часть  учащихся имеет огромное желание заниматься баскетболом, они хотят совершенствоваться в игре не только на уроках, но и во внеурочное время. Поэтому с целью удовлетворения устойчивого интереса обучающихся к баскетболу разработана программа кружка (который является частью системы по комплексному обучению учащихся баскетболу; наряду с обязательным предметом «Физическая культура», преемственным элективным курсом «Стань хорошим баскетболистом» и внеклассной внешкольной работой по баскетболу – соревнованиями, турнирами).

Кроме того, в последние годы Международная Федерация баскетбола упростила требования для популяризации этой игры. Появилась разновидность игры, когда количественный состав игроков снизился до трех человек в одной команде, и проводится эта игра на открытом воздухе («Блэктоп», или  «Стритбол»). Это помогает  организовать соревнования, без которых немыслима работа в каждом виде спорта (в т.ч., в баскетболе), при минимуме материальных условий.

Основное внимание в программе кружка уделено обучению основным техническим приемам игры с указанием характерных ошибок и способов их устранения.

          Уровень исходной подготовки обучающихся  – от нулевого до среднего.

 Программа кружка в отличие от уроков физической культуры предполагает игровую специализацию и значительную учебную практику.

 Учащийся, успешно освоивший программу кружка, может в дальнейшем использовать знания и сформированные учебные действия, участвуя в спортивно-массовых мероприятиях в лагере, по месту жительства и т.п.

**Цели и задачи обучения**

*При реализации данной программы достигаются следующие цели:*

           **укрепление** здоровья учащихся, содействие всесторонней физической подготовленности и гармоническому физическому развитию: укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости;

      **содействие** формированию умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья;

      **привитие** стойкого интереса к занятиям баскетболом.

*Содержание кружка**направлено на решение задач:*

      **способствовать** повышению уровня физической подготовленности учащихся, развитию специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка (техника стоек и перемещений, ловля и передача мяча, ведение мяча, броски мяча),

      **развивать** самостоятельность учащихся, готовность к сотрудничеству,

      **воспитывать** культуру общения и взаимодействия в игровой деятельности,

      **развивать** мотивацию к постоянным занятиям спортом и умениеучащихся организовать своё свободное время с пользой  в  школе и по месту жительства.

Одна из актуальных задач - подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО (системная: на уроках и во внеурочной деятельности, в самостоятельной работе).

В основу обучения заложен системно-деятельностной подход – обучение в деятельности (личностно значимой), обеспечение полноценной социализации (в частности, в спорте), специально организованная практическая деятельность (например, в соревнованиях).

**Планируемые результаты**

Планируемые результаты представлены группами предметных (на уровнях «учащийся научится» и «учащийся получит возможность научиться»), метапреметных и личностных результатов, а также универсальными учебными действиями (УУД) по их достижению.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения программы кружка (а также средствами предмета «Физическая культура» и системой внеклассной воспитательной деятельности в школе).

*Личностные результаты* и УУД по их достижению:

*способствовать* формированию ответственного отношения к учению (чувства необходимости учения), осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования с учётом своих интересов (осознание своих возможностей в учении);

*усвоить* правила индивидуального и коллективного безопасного поведения, здорового образа жизни.

*Метапредметные результаты* и УУД по их достижению:

*познавательные УУД:*

                     уметь выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

                     уметь обобщать, устанавливать аналогии, самостоятельно устанавливать причинно-следственные связи, делать выводы;

*коммуникативные УУД:*

                     уметь организовывать совместную деятельность с учителем и членами команды;

                     уметь работать индивидуально и в группе: находить пути решения конфликтов на основе учёта интересов; аргументировать своё мнение;

*регулятивные УУД:*

                     уметь определять цель деятельности на занятии и план работы с помощью и без помощи учителя (на основе темы занятия),

                     уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.

*Предметные результаты*,закрепляемые в процессе освоения содержания кружка:

         **знания об игре -**

*учащийся научится:*

         организовывать занятия физической культурой во внеурочное время (планируя их в режиме дня и учебной недели);

         характеризовать основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем;

         определять понятия и термины по баскетболу (выходящие за рамки программы по предмету «Физическая культура);

         разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи;

         руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

         руководствоваться изученными на уроках и занятиях кружка правилами соблюдения безопасности во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

*учащийся  получит возможность научиться:*

         определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

         **способы двигательной (физкультурной) деятельности -**

*учащийся научится:*

         использовать игру «Баскетбол» («Стритбол») и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физической подготовленности;

         составлять комплексы упражнений оздоровительной, тренирующей направленности с учетом особенностей и возможностей собственного организма;

*учащийся получит возможность научиться:*

         составлять план проведения соревнований и оформлять протоколы;

         **физическое совершенствование -**

*учащийся научится:*

         выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности;

         выполнять упражнения, воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

         выполнять технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

         выполнять упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;

*учащийся получит возможность научиться:*

         осуществлять судейство по баскетболу;

*учащийся научится демонстрировать* в контрольных упражнениях по показателям*:*

**общая и специальная физическая подготовленность**

1.      Бег  20м

2.      Прыжок в длину с места

3.      Высота подскока

4.      Бег 60м

**техническая подготовленность**

1.    Ведение мяча 20м

2.    Штрафные броски

3.    Броски в движении после ведения

4.    Броски  с точек

**Контрольные упражнения (юноши, девушки) и система оценивания**

Оценка по уровням владения контрольными упражнениями:

о-оптимальный,

в- высокий,

д-достаточный

|  |
| --- |
| Виды упражнений |
| Возраст | Бег  20м(с) | Прыжок в длину с места (см)  | Высота подскока(см) | Бег 60м(с) | Ведение мяча 20м(с) | Штрафные броски (из 10 раз)  | Броски в движении после ведения(из 5 раз) | Броски  с точек(из 20 раз) |
| о | в | д | о | в | д | о | в | д | о | в | д | о | в | д | о | в | д | о | в | д | о | в | д |
| 11 летюноши | 4,1 | 4,2-4,3 | 4,4-4,7 | 156 | 44-155 | 143-135 | 33 | 27-33 | 26-22 | 9,9 | 10,0-10,4 | 10,5-11,0 | 10,6 | 10,7-11,1 | 11,2-11,7 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| дев | 4,1 | 4,2-4,4 | 4,5-4,7 | 148 | 133-147 | 132-120 | 33 | 27-32 | 26-21 | 10,7 | 10,8-11,5 | 11,6-12,3 | 11,0 | 11,1-11,6 | 11,7-12,2 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 12 летюноши | 3,9 | 4,0-4,1 | 4,2-4,3 | 163 | 155-162 | 154-145 | 38 | 43-37 | 32-28 | 9,5 | 9,6-10,0 | 10,1-10,6 | 9,7 | 9,8-10,3 | 10,4-10,9 | 5 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | - | - | - |
| дев | 4,0 | 4,1-4,3 | 4,4-4,6 | 155 | 140-154 | 139-129 | 36 | 31-35 | 30-26 | 10,1 | 10,2-10,7 | 10,8-11,3 | 10,5 | 10,6-11,0 | 11,1-11,5 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | - | - | - |
| 13 летюноши | 3,8 | 3,9-4,2 | 4,3-4,4 | 179 | 165-178 | 164-155 | 41 | 35-40 | 34-30 | 9,3 | 9,4-9,8 | 9,9-10,2                                                          | 9,5 | 9,6-10,1 | 10,2-10,6 | 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | - | - | - | - |
| дев | 3,9 | 4,0-4,3 | 4,4-4,6 | 174 | 159-173 | 158-139 | 41 | 35-40 | 34-29 | 9,7 | 9,8-10,5 | 10,6-11,2 | 10,4 | 10,5-11,0 | 11,1-11,5 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | - | - | - |

**Основной показатель работы** – выполнение  требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных  в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической подготовленности. На занятиях учащиеся получают представление о судействе игры, ведении технического протокола игры.

Два раза в год (декабрь, май) в кружке должны проводиться контрольные испытания по общей и специальной физической технической подготовке. По данным контрольных испытаний да­ется оценка успеваемости каждому занимающемуся (см. таблицу «Контрольные упражнения»).

**Контрольные тесты (требования к учащимся)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  №п/п |                 Тесты  |  Класс  |                               Оценка  |
|           5 |           4 |           3 |
|     м |    д |     м |     д |     м |     д |
| 1 | Ведение мяча с обводкой стоек(через 3 метра). Отрезок 15 м. ту--   да и обратно (сек.) | 6 - й | 10 | 11 | 10,5 | 11,5 | 11 | 12 |
| 7 - й | 8,8 | 9,8 | 9,0 | 10 | 9,3 | 10,3 |
| 8 - й | 8,5 | 9,5 | 8,8 | 9,7 | 9,0 | 10 |
| 9 - й | 8,4 | 9,4 | 8,7 | 9,6 | 9,0 | 10 |
| 2 | Челночный бег  3х 10 м. с веде –нием мяча  (сек) | 6 - й | 8,6 | 9,0 | 8,9 | 9,2 | 9,2 | 9,4 |
| 7 - й | 8,3 | 8,6 | 8,5 | 8,8 | 8,8 | 9,0 |
| 8 - й | 8,1 | 8,5 | 8,4 | 8,7 | 8,7 | 9,0 |
| 9 - й | 8,0 | 8,4 | 8,3 | 8,6 | 8,6 | 9,0 |
| 3 | Штрафной бросок(из 10 бросков) | 6 - й | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 7 - й | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 8 - й | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 4 |
| 9 - й | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 4 |
| 4 | Бросок в кольцо после ведениямяча (из 10 попыток) | 6 - й | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 7 - й | 6 | 6 | 5 | 5 | 3 | 3 |
| 8 - й | 7 | 7 | 6 | 6 | 4 | 3 |
| 9 - й | 8 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 |
| 5 | Броски мяча в стену с 3м. и ловляпосле отскока за 30 сек.(количество раз) | 6 - й | 19 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 |
| 7 - й | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 17 |
| 8 - й | 21 | 20 | 19 | 18 | 18 | 17 |
| 9 - й | 22 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 |

**Режим проведения занятий** – 1 раз в неделю по 1 академическому часу (Примечание: продолжительность занятий может определяться их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне её). На протяжении года удельный вес физической и технической подготовки меняется: в начале учебного года основное внимание уделяется физической подготовке, в конце учебного года рекомендуется увеличение количества часов, отводимых на техническую подготовку.

         Для учёта занятий необходимо вести **журнал** (ведётся учёт посещаемости занятий, учёт прохождения учебно-тематического плана).

         Для занятий необходимо следующее **оборудование и инвентарь:**

1.      Щиты с кольцами – 2 комплекта (в наличии 1 комплект).

2.      Щиты тренировочные с кольцами – 4 штуки (в наличии 2 штуки).

3.      Стойки для обводки – 6 штук (в наличии  6 штук).

4.      Гимнастическая стенка (в наличии).

5.      Гимнастические скамейки – 4 штуки  (в наличии 4 штуки).

6.      Гимнастические маты (в наличии).

7.      Мячи баскетбольные – 40 штук (в наличии 10 штук).

8.      Насос ручной  со штуцером – 2 штуки.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Календарно- учебный график кружка  «Баскетбол»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата** | **Название темы** | **Тип подго-****товки** | **Примечания**  |
| 1.
 |   | Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. История развития баскетбола.ОФП. Прыжки с толчком с двух ног. | Теор. ОФП Техн. |   |
| 1.
 |   | Техника передвижения приставными шагами.Передача мяча двумя руками от груди. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Техника передвижения при нападении.Способы ловли мяча. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Личная и общественная гигиена.Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.Бросок мяча двумя руками от груди. | Теор.Техн. |   |
| 1.
 |   | Физическая подготовка юного спортсмена. СФПВзаимодействие трех игроков «треугольник». | Теор.СФПТакт |   |
| 1.
 |   | Техника ведения мяча.Ведение мяча с переводом на другую руку. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Такт. |   |
| 1.
 |   | Ловля двумя руками «низкого мяча».Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Закаливание организма спортсмена.Учебная игра.Контрольные испытания. | Теор.Интегр.Контр. |   |
| 1.
 |   | Командные действия в нападении.Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Такт.Техн. |   |
| 1.
 |   | Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФППрименение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Теор.ОФПТакт. |   |
| 1.
 |   | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФПСистематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте.ОФП | Техн. СФПТеор. ОФП |   |
|   |
| 1.
 |   | Командные действия в нападении.Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Такт. |   |
| 1.
 |   | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Такт. |   |
| 1.
 |   | Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в  процессе тренировкиИндивидуальные действия при нападении. | Теор.Такт. |   |
| 1.
 |   | Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФПБросок мяча одной рукой от плеча. | Теор.СФПТехн. |   |
| 1.
 |   | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. | Такт.Теор.Интегр. |   |
| 1.
 |   | Взаимодействие двух игроков «подстраховка».Методы спортивной тренировки.ОФП. | Такт.Теор.ОФП |   |
| 1.
 |   | Совершенствование техники передачи мяча.Учет в процессе тренировки.Бросок мяча одной рукой от плеча. | Техн.Теор.Техн. |   |
| 1.
 |   | Совершенствование техники передачи мяча.Техническая подготовка юного спортсмена. | Техн.Теор. |   |
| 1.
 |   | Тактика защиты.Стойка защитника с выставленной ногой вперед. | Такт.Техн. |   |
| 1.
 |   | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.Действия одного защитника против двух нападающих. | Техн.Такт. |   |
| 1.
 |   | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. | Интегр.Техн. |   |
| 1.
 |   | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Такт.Техн. |   |
| 1.
 |   | Взаимодействие двух игроков «подстраховка».Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Такт.Такт. |   |
| 1.
 |   | Переключение от действий в нападении к действиям в защите.Тактическая подготовка юного спортсмена.Учебная игра. | Такт.Теор. Интегр. |   |
| 1.
 |   | Защитные стойки.Защитные передвижения. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. | Такт |   |
| 1.
 |   | Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.Ведение мяча с изменением высоты отскока. | Интегр.Техн. |   |
| 1.
 |   | Правила игры и методика судейства. Учебная игра.Организация командных действий. | Теор.Интегр.Такт. |   |
| 1.
 |   | Бросок мяча одной рукой сверху.Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Техника овладения мячом.Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Техн. |   |
| 1.
 |   | Совершенствование техники ведения мяча.Контрольные испытания. СФП | Техн.Интегр. |   |
| 1.
 |   | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.Учебная игра. | Интегр. |   |

**Содержание  программы по темам**

**Физическая культура и спорт в России.** Физическая культура – часть культуры. Задачи физического воспитания в России: укрепление здоровья, физическое развитие, подготовка к защите Родины.

**Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.** Краткие сведения о  строении и функциях человеческого организма. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Режим дня.  Гигиена сна, питания. Гигиена одежды и обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной одежде. Преду­преждение травм при занятиях баскетболом.

**Оборудование и инвентарь, ТБ. Требования к тренировкам по баскетболу.** Правила поведения в спортзале и на спортплощадке. Общие требования к занятиям баскетболом. Инвентарь для игры в баскетбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий.

**Влияние физических упражнений на организм занимающихся.** Влияние физических упражнений на работоспособность.

**Правила игры в баскетбол**. Права и обязанности игроков. Ко­стюм игроков. Упрощенные правила игры. Основы судейской тер­минологии.

**Правила соревнований, их организация и проведение.** Правила соревнований. Положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результата соревнований.

**Общая и специальная физическая подготовка.** Значение общей и специальной физической подготовки для развития спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства.

*Практические занятия.* Парные и групповые упражнения: с сопротивлением, перетягивание, переталкивание. Бег: стартовые рывки с места, повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м, бег со сменой направления по зрительному сигналу, ускорения из различных исходных положений, пробегание отрезков 40, 60 м; кросс 300 м. Прыжки: опорные и простые прыжки с мостика, прыжки с доставанием подвешенных предметов, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

**Основы техники и тактики баскетбола**. Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловля, передача, ведение, броски. Значение тактической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые тактические действия.

*Практические занятия.* *Техника нападения.* *Техника передвижения.* Прыжки толчком двух ног. Прыжки толчком одной ноги. *Техника владения мячом*. Ловля катящегося мяча. Передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками с отско­ком от пола. Броски мяча с места одной рукой от плеча, одной рукой сверху. Ведение мяча с изменением скорости передвижения, с измене­нием высоты отскока, с переводом мяча на другую руку, с из­менением направления движения с обводкой препятствий. *Техника защиты.* *Техника передвижения.* Передвижения в за­щитной стойке вперед, назад, в стороны. *Техника овладения мячом.* Вырывание мяча. Выбивание мяча.

*Тактика нападения.* *Индивидуальные действия:* выбор способа в зависимости от направления и силы полета мяча; выбор способа передачи в зависимости от расстояния; применение способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. *Групповые действия.* Взаимодействия трех игроков - «треугольник». *Командные действия.* Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.

*Тактика защиты.* *Индивидуальные действия:* применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего; выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча; противодействие выходу на свободное место для получения         мяча; действия одного защитника против двух нападающих. *Групповые действия.* Взаимодействия двух игроков – отступание. *Командные действия.* Личная система защиты.

**Стритбол** («уличный» баскетбол,  правила игры). Учебно-тренировочные игры.

**Контрольные игры и соревнования.** Соревнования по подвижным играм с элементами баскетбола. Учебно-тренировочные игры.

**Контрольные испытания**. Сдача нормативов по специальной подготовке.

**Посещение соревнований.** Посещение соревнований по баскетболу и другим видам  спорта.

**Выполнение проектов** (на выбор): «Описание запомнившихся соревнований», «Как организовать придомовые соревнования по баскетболу в летний период» (небольшое сочинение, объём до 70 слов/ план организации соревнований).

Методы и формы обучения

Словесные методы: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: показ упражнений, наглядные пособия.

Практические методы: метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

**Список литературы для учителя**

1.      1. Баскетбол. циализированных Поурочная программа для детско-      юношеских спортивных школ и спе­детско-юношеских школ олимпийского резерва / Под общей ред. И.Л. Водянниковой, В.В. Гантова, В.Н. Левинова. - М.: 1984.

2.      Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей

          методистов/ В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий.-М.: Просвещение, 2014

3.

4.      Баскетбол. Программа для детских спортивных школ. - М.: ФиС. 1962.

5.      Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и каждого. - М.: ФиС, 1988.

6.      Белов С.А. Секреты баскетбола. - М.: 1982.

7.      Гомельский А.А. Будни баскетбола. - М.: 1964.

8.      Гомельский А.А. Тактика баскетбола. - М.: 1966.

9.      Зельдович Т.. Кераминас С. Подготовка юных баскетболистов. - М.: ФиС. - 1964.

10.  Зинин A.M. Детский баскетбол. -М.: ФиС. - 1964.

11.   Колос В. М. Баскетбол: теория, практика. - Минск: 1988.

12.  Кулакаускас В.А. Тренировка баскетболистов. М.: 1958.

13.  Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. - М.: ФиС. - 1977.

14.  Николич А., Параносич В. Отбор в баскетболе. - М.: ФиС. - 1984.

15.  Теорияи методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учеб. заведений / [Ю.Д.Железняк, Д.И.Нестеровский, В.А.Иванов и др.] ; под ред. Ю.Д.Железняка.— М. : Издательский центр «Академия», 2013.

16.  Травин К.И. Основы тактики игры в баскетбол М.: ФиС. - 1953.

17.  Черникова О.А. Соперничество, риск, самообладание в спорте. - М.: 1980.

18.  Юный баскетболист: пособ. для тренера / Под ред. Е.Р. Яхонтова. - М.: ФиС. - 1987.

19.  Яхонтов Е.Р. Индивидуальная подготовка баскетболистов. - Л.: 1975.

20.  Яхонтов Е.Р., Генкин ЗА. Баскетбол. М.: ФиС. - 1978.