

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КАЛИНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ
ГУРЬЕВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Орловская основная общеобразовательная школа»
236000, Калининградская область, Гурьевский городской округ,
п. Орловка, ул. Центральная, 22, тел.: 8(4015)3-72-31



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 8 – 15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Забусов Сергей Владимирович,
педагог дополнительного образования

п. Орловка
2023 год

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»** разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» № 1008 от 29.08.2013г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол», по уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Отличительные особенности

В образовательной программе используются как готовые образовательные решения, так и собственные разработки автора.

Возраст детей

Образовательная программа рассчитана на детей 11-16 лет. Набор учащихся осуществляется на бесконкурсной основе, в объединение принимаются все желающие.

Объем и срок освоения образовательной программы:

Образовательная программа рассчитана на один год обучения:

Общий объем образовательной программы – 104 часа.

Образовательная программа рассчитана на один год обучения. Содержание материала программы расширено за счет включения дополнительных часов на подготовку команд к участию в соревнованиях, фестивалях, конкурсах.

Формы обучения

Обучение осуществляется в очной форме.

Особенности организации образовательного процесса

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, интеллектуальности возможностей детей 11-15 лет. Программа учитывает возрастные особенности детей, тем самым включает в себя научное обоснование эффективных средств и методов физического воспитания. При таком подходе физическое воспитание способствует сохранению и укреплению здоровья детей, улучшению их физического развития.

Состав группы

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 20 – 25 человек. Обучение может осуществляться в разновозрастных группах.

Режим занятий

Образовательная деятельность осуществляется в течение всего учебного года, с 1 сентября по 31 августа, без каникул.

Занятия проводятся два раз в неделю, по одному академическому часу.

Продолжительность академического часа – 45 минут.

Формы организации учебного процесса:

- теоретические,
- практические,
- сдача контрольных нормативов,
- участие в соревнованиях, конкурсах, фестивалях.

Механизм оценивания образовательных результатов

Система оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы секции «Баскетбол» являются уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост. Участие в спортивных праздниках, конкурсах, товарищеских играх с командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского масштабов.

Формы подведения итогов

Порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации учащихся (формы проведения промежуточной аттестации)

Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах в спортивных праздниках, конкурсах, товарищеских играх с командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского масштабов, судейство на соревнованиях.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения итоговой аттестации - сдачи контрольных нормативов.

1.2. Цели и задачи

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Задачи:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;
- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширение спортивного кругозора детей;
- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Срок реализации программы – 1 год из расчета 2 раза в неделю.

Формы занятий: теоретические, практические, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

В секцию принимаются дети, допущенные школьным врачом к занятиям физической культуре.

1.3 Содержание образовательной программы

Учебный план

№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	Общие основы баскетбола. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры	10	10	-	зачет в устной форме
2.	Общая физическая подготовка	14	2	12	сдача нормативов
3.	Специальная физическая подготовка	15	2	13	сдача нормативов
4.	Техническая подготовка	24	3	21	сдача нормативов
5.	Тактическая подготовка	14	2	12	сдача нормативов
6.	Игровая подготовка	20	1	19	соревнования
7.	Контрольные нормативы	7	1	6	сдача нормативов
8.	Общее количество часов в год	104	21	83	

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры, игровая подготовка.

Теоретические сведения – 10 часов

- История возникновения баскетбола в России. Правила игры. Состав команды, форма игроков.
- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Влияние физических упражнений на организм человека.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.
- Техническая подготовка баскетболистов.
- Тактическая подготовка баскетболистов.
- Подведение итогов года.

Общая физическая подготовка – 14 часов

- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящего», «Гонка мячей»
- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости

- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.

Специальная физическая подготовка – 15 часов

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.
- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).
- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).
- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.
- Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом.
- Метание различных мячей в цель.
- Эстафеты с разными мячами.

Техническая подготовка – 24 часов

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.

Тактическая подготовка – 14 часов

Нападение

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.

Защита

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.

- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке кольца.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

Игровая подготовка – 20 часов

- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 баскетбола.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

Контрольные нормативы –7 часов

- Прыжки вверх с места, бег 20 метров.
- Передвижения в защитной стойке, скоростное ведение мяча, передачи мяча, дистанционные броски, штрафные броски.

№ п/п	Наименование тем	Объем
1	«Техника безопасности на занятиях по баскетболу». Разучивание и закрепление техники перемещения; ловля, передачи и ведения мяча на месте.	1
2	Разучивание техники выполнения передач одной рукой от плеча	1
3	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча.	1
4	«История возникновения баскетбола в России». «Правила игры. Состав команды, форма игроков». Разучивание передач двумя руками над головой.	1
5	Закрепление передач двумя руками над головой.	1
6	Разучивание техники передач двумя руками в движении.	1
7	Закрепление техники передач двумя руками в движении.	1
8	Разучивание техники броска после ведения мяча.	1
9	Учебная игра с применением выученных передач.	1
10	Закрепление техники броска после ведения мяча.	1
11	Разучивание техники поворотам на месте и в движении.	1
12	«Правила игры баскетбола, судейская жестикуляция и терминология». Закрепление техники поворотам на месте и в движении.	1
13	Разучивание техники ловли мяча, отскочившего от щита.	1
14	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	1
15	Разучивание техники броска в движении после ловли мяча.	1
16	Закрепление техники броска в движении после ловли мяча.	1
17	Разучивание техники броскам в прыжке с места.	1
18	Закрепление техники броскам в прыжке с места.	1
19	Разучивание техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.	1
20	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.	1
21	Разучивание техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча.	1
22	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча.	1
23	Разучивание техники передач и бросков в движении.	1

24	Закрепление техники передач и бросков в движении; опека игрока без мяча; учебная игра.	1
25	Разучивание техники ведения и передач в движении.	1
26	Закрепление техники ведения и передач в движении учебная игра.	1
27	Разучивание техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу.	1
28	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу применять изучаемые приемы в учебной игре.	1
29	Разучивание техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.	1
30	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом применение изучаемых приемов в учебной игре.	1
31	Прием контрольных нормативов по технической подготовке штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска.	1
32	Прием контрольных нормативов по общефизической подготовке.	1
33	Разучивание техники отвлекающих действий на бросок.	1
34	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок применять изучаемые приемы в учебной игре.	1
35	«Влияние физических упражнений на организм человека». Разучивание техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание.	1
36	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. Учебная игра.	1
37	Разучивание техники выбивания мяча после ведения.	1
38	Закрепление техники выбивания мяча после ведения. Учебная игра.	1
39	Разучивание техники атаки двух нападающих против одного защитника.	1
40	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника. Учебная игра.	1
41	Разучивание выбивания мяча при ведении. Штрафные броски.	1
42	Закрепление выбивания мяча при ведении. Штрафные броски. Учебная игра.	1
43	«Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль». Разучивание передач одной рукой с поворотом.	1
44	Закрепление передач одной рукой с поворотом. Учебная игра.	1
45	Закрепление передач в движении в парах. Учебная игра.	1
46	Разучивание передач в тройках в движении.	1
47	Закрепление передач в тройках в движении. Учебная игра.	1
48	Закрепление передач в движении. Учебная игра.	1
49	Разучивание выполнения техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	1
50	Закрепление выполнения техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	1
51	Совершенствование техники передач мяча. учебная игра.	1
52	Разучивание техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.	1
53	«Сведения о строении и функциях организма человека». Закрепление техники быстрого прорыва после штрафного броска.	1
54	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска Учебная игра.	1
55	Разучивание техники передач в движении, нападение через центрального игрока.	1

56	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока. Учебная игра.	1
57	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.	1
58	Закрепление техники нападения через центрального. Заслоны. Учебная игра.	1
59	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой». Учебная игра.	1
60	Разучивание комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны.	1
61	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Учебная игра.	1
62	Разучивание быстрого прорыва, заслона центровым игроком. Учебная игра.	1
63	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком. Учебная игра.	1
64	«Влияние физических упражнений на организм человека». Разучивание техники защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока.	1
65	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока.	1
66	Разучивание техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока.	1
67	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока.	1
68	Прием контрольных нормативов по технической подготовке штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска.	1
69	Прием контрольных нормативов по общефизической подготовке.	1
70	Разучивание техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока.	1
71	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока.	1
72	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока. Учебная игра.	1
73	Разучивание умения «борьбы» за мяч отскочившего от щита.	1
74	Закрепление умения «борьбы» за мяч отскочившего от щита.	1
75	«Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль». Разучивание техники ловли высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие.	1
76	Закрепление техники ловли высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие.	1
77	Разучивание техники передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами.	1
78	Закрепление техники передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами.	1
79	Учебная игра с применением пройденного материала.	1
80	Разучивание техники ведения мяча на максимальной скорости.	1
81	Закрепление техники ведения мяча на максимальной скорости. Учебная игра.	1
82	Разучивание техники добивания мяча в корзину Учебная игра.	1

83	Закрепление техники добивания мяча в корзину Учебная игра.	1
84	«Техническая подготовка баскетболистов». Разучивание техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном.	1
85	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном Учебная игра.	1
86	Разучивание техники бросков и передач в движении.	1
87	Закрепление техники бросков и передач в движении Учебная игра.	1
88	Разучивание ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.	1
89	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков Учебная игра.	1
90	Закрепление техники «борьбы» за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра.	1
91	Совершенствование техники «борьбы» за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра.	1
92	Учебная игра с применением пройденного материала.	1
93	«Тактическая подготовка баскетболистов». Закрепление бросков в движении.	1
94	Совершенствование бросков в движении. Учебная игра.	1
95	Разучивание тактики нападения «розыгрыш мяча короткими передачами».	1
96	Закрепление тактики нападения «розыгрыш мяча короткими передачами». Учебная игра.	1
97	Совершенствование тактики нападения «розыгрыш мяча короткими передачами». Учебная игра.	1
98	Прием контрольных нормативов по технической подготовке штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска.	1
99	Прием контрольных нормативов по общефизической подготовке.	1
100	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки применяемые в учебной игре.	1
101	Учебная игра.	1
102	Учебная игра.	1
103	Учебная игра.	1
104	«Подведение итогов года». Учебная игра.	1

1.4. Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся будут:

Знать: Основы знаний о здоровом образе жизни.

Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране.

Правила игры в баскетбол.

Тактические приемы в баскетболе.

Уметь: Выполнять основные технические приемы баскетболиста.

Проводить судейство матча.

Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности:

Воспитать стремление к здоровому образу жизни.

Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.





Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график

Год реализации программы	Начало учебного года	I учебный период	I каникулярный период	II учебный период	II каникулярный период	III учебный период	III каникулярный период	IV учебный период	Летний период				Продолжительность учебного года
									июнь	июль	август		
1 год	1-ый рабочий день сентября	9 недель	10-я неделя	7 недель	18, 19-ая неделя	10 недель	30-ая неделя	8,5 недель	4 недели и 2 дня	4 недели и 3 дня	4 недели	3 дня	52 недели

Условные обозначения:

	Ведение занятий по расписанию		Самостоятельная подготовка
	Занятия в летнем оздоровительном лагере		Итоговая аттестация

2.2. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение

№	Наименование имущества	Объем
1	Мяч баскетбольный	15
2	Скакалки	12
3	Гимнастические скамейки	4
4	Мат гимнастический	5
5	Сетка баскетбольная	2
6	Кегли	0
7	Гимнастические стенки	7
8	Перекладина переносная	0
9	Мостик гимнастический	5
10	Палка гимнастическая	15
11	Обруч	7
12	Баскетбольные щиты	2
13	Тележки для мячей	0

2.3. Формы аттестации

Механизм оценивания результатов

Система оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы секции «Баскетбол» являются уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и

личностный рост. Участие в спортивных праздниках, конкурсах, товарищеских играх с командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского масштабов.

2.4. Оценочные материалы:

При определении уровня освоения обучающимся программы секции «Баскетбол» педагог использует 10-ти балльную систему оценки освоения программы:

- минимальный уровень – 1 балл,
- средний уровень – от 2 до 5 баллов,
- максимальный уровень – от 6 до 10 баллов.

Формы подведения итогов

Порядок и периодичность проведения промежуточной аттестации учащихся (формы проведения промежуточной аттестации)

Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах в спортивных праздниках, конкурсах, товарищеских играх с командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского масштабов, судейство на соревнованиях.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения итоговой аттестации - сдачи контрольных нормативов.

2.5. Методическое обеспечение

№	Наименование	Количество (штуки)
1.	«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов для учителей общеобразовательных учреждений» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	1
2.	Комплексы общеразвивающих упражнений для юношей и девушек.	4
3.	Поурочные разработки 5 - 9 классы.	1
4.	Папка по технике безопасности.	1
5.	«Физическая культура: основы знаний» учебное пособие В.П. Лукьященко	1
6.	Научно-методический журнал «Физическая культура в школе»	24
7.	Книга учителя физической культуры В.С. Каюрова	1
8.	Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие Е.А. Бабенкова.	1
9.	Современная мультимедиа-энциклопедия Кирилла и Мефодия «Энциклопедия спорта»	1
10.	Электронная энциклопедия. Большая энциклопедия спорта «Все о спорте»	1
11.	Баскетбол. Подготовка судей. С.В. Чернов	1
12.	Физкультура внеклассные мероприятия в средней школе. М.В. Видякин.	1
13.	«Развивающие игры на уроках физической культуры».	1
14.	Возрастная физиология и школьная гигиена. Учебное пособие А.Г.	1

	Хрипкова, М.В. Антропова	
15	«Ваш физкультурный режим» подписная научно-популярная серия В.Н. Васильев, В.С. Чугунов	1

2.6. Список литературы

1. Барков В.А. Научно – методические подходы к технической подготовке баскетболистов на основе индивидуализации процесса обучения /В.А. Барков, Б.А. Цариков. – Гомель: ГГУ. 1999, - 112 с.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., Физкультура и спорт 1967, 1972.
4. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И. Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
5. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., Физкультура и спорт, 1999.
6. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., Физкультура и спорт, 1971, 1972.
7. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения: учебно – методическое пособие для студентов ФФК пед. вузов, учителей школ и тренеров по баскетбол / М. Издательский центр «Академия». 2004г
8. Официальные правила баскетбола. М. Спорт Академ Пресс 2010г.
9. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., Физкультура и Спорт, 1973 год.
10. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов – М., Физкультура и Спорт, 1967 год.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара.2002 год.
12. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., Физкультура и Спорт, 1981, 1985 года

2.7. Глоссарий

В образовательной программе используются следующие термины и понятия:

Общие термины:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа – документ, определяющий содержание дополнительного образования. К дополнительным образовательным программам относятся: дополнительные общеразвивающие программы, дополнительные предпрофессиональные программы (Ст.12 п.4 ФЗ-273 «Об образовании в РФ»).

Учебный план – документ, который определяет перечень, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и, если иное не установлено настоящим Федеральным законом, формы промежуточной аттестации обучающихся.

Учащиеся – лица, осваивающие образовательные программы начального общего, основного общего или среднего общего образования, дополнительные общеобразовательные программы;

Средства обучения и воспитания – приборы, оборудование, включая спортивное оборудование и инвентарь, инструменты (в том числе музыкальные), учебно-наглядные пособия, компьютеры, информационно телекоммуникационные сети, аппаратно-

программные и аудиовизуальные средства, печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы и иные материальные объекты, необходимые для организации образовательной деятельности.