

Муниципальное учреждение  
«Отдел образования Администрации Константиновского района»  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №1»

Принято на заседании  
методического (тренировочного) совета  
протокол от «29» августа 2024г. №1

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. директора МБУ ДО ДЮСШ №1  
Дьяконов С. В.  
приказ от «02» сентября 2024 г. №139



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
физкультурно-спортивной направленности  
по виду спорта «Баскетбол»  
для учебно-тренировочной группы первого года обучения

Подвид программы: разноуровневая  
Уровень программы: базовый  
Целевая группа: от 14 до 18 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
общее количество учебных часов: 624 часа  
Форма обучения: очная  
Разработчик: тренер-преподаватель,  
Торопов Николай Андреевич

Ростовская область,  
г. Константиновск,  
2024 год

## Оглавление

I. Комплекс основных характеристик образования .....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель и задачи Программы.....	7
1.3. Содержание.....	8
1.3.1. Учебно-тематический план .....	8
1.3.2. Содержание учебного плана .....	9
1.4. Планируемые результаты освоения Программы .....	12
1.5. Условия реализации Программы .....	12
II. Комплекс организационно-педагогических условий.....	13
2.1. Календарный учебный график.....	13
2.2. Формы контроля и аттестации.....	13
2.3. Диагностический инструментарий.....	14
2.3.1. Методические указания по организации аттестации.....	14
2.4. Рабочая программа воспитания.....	15
2.4.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей.....	16
2.4.2. Приоритетные направления воспитания.....	17
2.4.3. Формы, методы, средства и технологии проведения воспитательных мероприятий и содержание деятельности, методы воспитательного взаимодействия .....	18
2.4.4. Условия воспитания, анализ результатов.....	18
2.5. Методическое обеспечение.....	19
Список литературы.....	26
Приложения .....	28

## **I. Комплекс основных характеристик образования**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по виду спорта «Баскетбол» (далее – Программа) Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №1» (далее – спортивная школа) включает в себя материал, освоение которого дает возможность обучающимся добиваться хороших результатов не только в баскетболе, но и в духовно-нравственном развитии, формировании здорового образа жизни, а также повышения уровня общей физической подготовки в целом.

В основу Программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по баскетболу отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки обучающихся.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы в группах начальной подготовки, отбору и комплектованию учебных групп для занятий баскетболом, в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей обучающихся.

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

4. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3.

6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации от 30.11.2016 № 11.

7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

11. Приказ Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

15. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей).

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»).

18. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

19. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

20. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках 9 федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

21. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 01.08.2023 № 718 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ в Ростовской области».

22. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 03.08.2023 № 724 «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в Ростовской области.

**Направленность Программы** – физкультурно-спортивная.

**Актуальность** Программы заключается 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.

**Педагогическая целесообразность** обусловлена необходимостью вовлечения большего количества обучающихся в социально-активные формы физической деятельности, а именно в занятия баскетболом, а также в необходимости воспитания детей, ориентированных на восприятие обновленных духовных ценностей в условиях увеличения физических и материальных возможностей и благ.

**Отличительные особенности.** Программа соответствует потребностям времени, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься баскетболом, предъявляя высокие требования к обучающимся в процессе обучения.

Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами баскетбола.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребенка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации

личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей, выявление и поддержку одаренных детей.

Отличительными особенностями баскетбола являются: естественность движений; коллективность действий; соревновательный характер; непрерывность и внезапность изменения условий игры; высокая эмоциональность; самостоятельность действий; этичность игры.

**Адресат программы.** Данная Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 14 лет до 18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий баскетболом.

Условия набора в группы – тренировочные группы зачисляются на конкурсной основе только здоровые и практически здоровые обучающиеся, прошедшие не менее одного года необходимую подготовку, при выполнении ими требований по общей физической и специализированной подготовке.

Наполняемость учебно-тренировочной группы – 15 человек.

**Режим занятий – периодичность и продолжительность.**

Режим занятий регламентируется годовым календарным учебным графиком, количество и последовательность занятий определяется расписанием в соответствии с санитарными правилами и нормами и действует в течение учебного года.

Продолжительность одного занятия не должна превышать: на тренировочном этапе – 3-х академических часов.

**Объем и срок освоения Программы**

На тренировочном этапе общее количество учебных (академических) часов на весь период обучения составляет – 624.

**Форма реализации (тип) программы** – традиционная.

**Сроки, объем и уровень реализации программы.**

Срок освоения Программы для лиц, зачисленных на тренировочный этап – 1 год.

На учебно-тренировочном этапе обучения:

Количество часов в неделю – 12.

Количество тренировок в неделю – 4.

Общее количество тренировок в год – 208.

Общее количество учебных часов в год, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения Программы – 624.

Уровень реализации – углубленный.

**Форма обучения** – очная.

**Тип занятия** – комбинированный (обязательное изучение теоретических и практических частей Программы).

**Образовательная деятельность по данной Программе направлена на:**

- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания обучающихся;
- формирование и развитие физических и творческих способностей обучающихся;

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, и физическом совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени обучающихся;
- обучение технике и тактике баскетбола;
- адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- профессиональную ориентацию обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

Программа формирует у ребенка компетенции осуществления универсальных действий:

- личностных (самоопределение, нравственно-этическая ориентация);
- регулятивных (планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка);
- познавательных (общеучебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем);
- коммуникативных (планирование сотрудничества, разрешение конфликтов, управление поведением, достаточно полное и точное выражение своих мыслей в соответствии с задачами и условиями коммуникации).

## **1.2. Цель и задачи Программы**

**Цель Программы:** содействие гармоничному интеллектуальному и физическому развитию личности, обеспечение социальной адаптации и профессиональная ориентация обучающихся на осознанный выбор пути личностного и профессионального развития, выявление и поддержка спортивно одарённых детей.

Программный материал предполагает решение следующих основных задач:

### **Предметные:**

- формирование углубленных теоретических знаний по методике обучения, планированию, контролю, восстановлению, судейству, организации соревнований;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта);
- углубленное обучение техническим приемам игры в баскетбол;
- изучение тактических действий с учетом игрового амплуа юного баскетболиста;
- совершенствование ранее изученных технических элементов, в условиях близких к соревновательным.

### **Метапредметные:**

- воспитание физических качеств: силы, быстроты, соревновательной выносливости;
- воспитание чувства ответственности, самостоятельности, дисциплинированности, взаимоуважения; целеустремленности и настойчивости в достижении поставленных целей;
- формирование организаторских, коммуникативных навыков;
- мотивация к познавательной деятельности; потребности к пополнению и расширению знаний.

### **Личностные:**

- повышение общей физической и специальной подготовленности обучающихся до уровня требований в командах высших разрядов;
- достижение стабильности игры при выполнении игровых действий с учетом амплуа в сложной соревновательной обстановке;
- развитие мышления, памяти, внимания, воображения;
- развитие умений эффективности решения проблемных ситуаций и метапредметных компетенций.

Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к обучающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача тренера-преподавателя состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста обучающихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

### **Основные задачи тренировочного этапа:**

- общая и специальная физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовка;
- стабильность демонстрации спортивных результатов на официальных спортивных соревнованиях;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья обучающихся.

## **1.3. Содержание**

### **1.3.1. Учебно-тематический план**

№п/п	Название раздела, темы	Очная форма обучения, количество часов			
		Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	Текущий



2	Теоретическая подготовка	42	42	-	Текущий
3	Общая физическая подготовка	125	-	125	Текущий
4	Специальная физическая подготовка	87	-	87	Текущий
5	Техническая подготовка	144	-	144	Текущий
6	Тактическая подготовка	68	-	68	Текущий
7	Технико-тактическая (интегральная) подготовка	62	-	62	Текущий
8	Соревновательная подготовка	60	-	60	Текущий
9	Инструкторская и судейская практика	24	-	24	Текущий
10	Выполнение контрольных нормативов	10	-	10	Итоговый
<b>ИТОГО:</b>		<b>624</b>	<b>44</b>	<b>580</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>624</b>	<b>44</b>	<b>580</b>	

### **1.3.2. Содержание учебного плана**

#### **1. Вводное занятие.**

Ознакомление с Программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Проведение инструктажа по ТБ во время проведения занятий.

#### **2. Теоретическая подготовка.**

Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе. История развития баскетбола. Необходимые сведения о строении и функциях организма человека. Понятие о силовой и скоростно-силовой работе. Гигиенические знания, умения и навыки. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта. Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни. Требования техники безопасности на занятиях. Основы философии и психологии спортивной тренировки.

#### **Общая физическая подготовка (ОФП)**

Строевые упражнения. Упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения типа «полоса препятствий». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные. Упражнения для развития общей выносливости.

#### **Специальная физическая подготовка**

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Упражнения для развития игровой ловкости. Упражнения для развития специальной выносливости. Упражнения для развития быстроты передвижения и прыгучести.

#### **Техника нападения.**

**Техника передвижения.** Чередование способов передвижения, изменение направления, бег на максимальной скорости в пределах площадки.

Сочетание способов передвижения с изученными техническими приемами игры в нападении. Вышагивание.

**Техника владения мячом.** Передачи мяча двумя руками сверху и от груди на точность, постепенно увеличивая расстояние. Передачи мяча одной рукой сверху при движении по кругу приставными шагами. Передачи мяча в парах в движении двумя мячами. Передачи левой и правой сбоку. Сочетание передач с различными способами передвижения. Ведение левой рукой без зрительного контроля, с максимальной скоростью. Обводка препятствия с изменением (чередованием) высоты отскока. Обманные движения туловищем при среднем и низ ком ведение. Ведение с изменением скорости при входе в 3-х секундную зону. Сочетание приемов. Бросок в движении после двух шагов с финтом на передачу (бросок) на первом шаге. Броски мяча с последующим продвижением за мячом и добивание мяча. Добивание после финта на бросок. Добивание после вышагивания. Финт на бросок - поворот - бросок.

#### **Техника защиты.**

Техника передвижения. Сочетание изученных способов передвижения, остановок, поворотов с выполнением технических приемов игры в защите. 57 Техника овладения мячом. Отбивание мяча при броске в прыжке. Овладение мячом в борьбе за отскок у своего щита. Овладение мячом при розыгрыше и начальных мячах.

#### **Тактическая подготовка.**

##### **Тактика нападения.**

Индивидуальные действия без мяча. Выбор момента и места для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Применение изученных способов передвижения, финтов и их сочетаний. В игровых условиях на высокой скорости. С учетом временно - выполняемой функции в команде. Выбор способа действия при розыгрыше спорного мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Действия дриблера против двух защитников. Применение изученных способов броска мяча в корзину, их сочетание с финтами, ведением. Способами передвижения в зависимости от способов противодействия защитника. Выбор момента для отбрасывания (откидки) при разыгрывании спорного мяча.

Групповые действия. Взаимодействие двух игроков при пересечении. Взаимодействия двух игроков при пересечении в процессе применения быстрого прорыва и в условиях защиты «личный прессинг». Взаимодействие трех игроков – «малая восьмерка».

Командные действия. Нападение с одним центровым. Быстрый прорыв через центр поля. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.

##### **Тактика защиты.**

**Индивидуальные действия.** Применение блокировки в борьбе за отскочивший от щита мяч.

**Групповые действия.** Действия двух защитников против одного дриблера. Взаимодействие двух - трех игроков, в численном меньшинстве при завершении быстрого прорыва. Противодействие взаимодействию двух игроков

при пересечении (переключение, отступление и проскальзывание) при завершении быстрого прорыва и применения прессинга.

**Групповые действия в борьбе за отскочивший от щита мяч (треугольник отскока).**

**Командные действия.** Организация действий при борьбе за отскочивший от щита мяч. Применение системы личного прессинга. В сочетании с концентрированной личной защитой в процессе игры. Смена вариантов после забитого мяча. Замены, минутного перерыва, пробития штрафного броска. Расстановка защитников при пробитии штрафных бросков.

**Технико-тактическая подготовка (интегральная подготовка)**

Упражнения для развития физических качеств в рамках структуры технических приемов. Выполнение перемещений с отягощениями, утяжеленными мячами, бросков в прыжке с отягощениями для всего тела. Выполнение отдельных звеньев технических приемов с отягощениями.

Развитие специальных физических способностей, посредством многократного выполнения технических приемов на основе программы для данного года спортивной подготовки. Чередование подготовительных упражнений и технических приемов (указанных в программе). Переключения при выполнении технических приемов нападения, защиты, нападения и защиты. Передача мяча, бросок-накрывание, подбор-добивание. Поточное 58 выполнение технических приемов.

Переключение при выполнении тактических действий в нападении, защите, в защите и нападении отдельно по категории - индивидуальные, групповые, командные.

Тренировочные игры: система заданий, включающая основной программный материал по технической и тактической подготовке. Контрольные игры проводятся с целью решения программы спортивной подготовки, а также для подготовки к соревнованиям. Календарные игры. Установки на игру, разбор игр

**Соревновательная подготовка**

Организация и проведение массовых мероприятий, соревнований.

**Инструкторская и судейская практика** приобретается на учебно-тренировочных занятиях и на контрольных играх. Необходимо приобрести следующие навыки и умения:

- умение составить план разминки и ее проведение с группой товарищей;
- определение и исправление ошибок собственных у товарищей по команде;
- проведение тренировочных занятий в младшей группе под наблюдением тренера;
- руководить командой во время соревнований под наблюдением тренера;
- умение вести технический протокол. б умение вести протокол игры;
- участие в судействе учебных групп под наблюдением тренера и самостоятельно;
- участие в судействе официальных соревнований в роли судьи в поле и в составе секретариата, судить игры в качестве судьи в поле.

## **Контрольно-переводные нормативы**

Выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей физической, специально физической и технико-тактической подготовке. Участие в блиц опросах по теоретическим вопросам. Анкетирование.

### **1.4. Планируемые результаты освоения Программы**

**Личностные результаты** - гражданская позиция, культура поведения, адекватные моральные и волевые качества, эффективное развитие специальных физических качеств личности обучающихся, развитие самоконтроля, адаптация к жизни в обществе;

**Метапредметные результаты** - потребность ведения здорового образа жизни и укрепления здоровья, потребность в саморазвитии, чувство ответственности и самостоятельности, способность к эффективному взаимодействию, мотивация к занятиям баскетболом;

**Предметные результаты** - навыки общей и частной гигиены, теоретические знания о баскетболе, практические умения и навыки в баскетболе, владение спортивной техникой и тактикой баскетбола, навыки саморегуляции, навыки в системе самореализации.

#### **Требования к знаниям и умениям**

На учебно-тренировочном этапе первого года обучения, обучающиеся должны:

##### **Знать:**

- состояние и развитие баскетбола в России;
- правила техники безопасности на занятиях спортивными играми;
- правила игры;
- терминологию баскетбола.

##### **Уметь:**

- выполнять перемещения в стойке;
- выполнять передачу, ведение, бросок мяча в корзину;
- анализировать и оценивать игровую ситуацию;
- обладать тактикой нападения и защиты;
- судить соревнования по баскетболу.

##### **Должны иметь навыки:**

- владения техникой: ведения мяча по прямой, с изменением скорости точной передачи мяча партнеру, точного броска в корзину, различных видов ведения мяча;

- применять индивидуальные действия, как в нападении, так и в защите;
- самостоятельно применять все виды перемещения, как с мячом, так и без мяча.

### **1.5. Условия реализации Программы**

К условиям реализации Программы относится характеристика следующих аспектов:

Кадровое обеспечение – требования к тренеру-преподавателю, к уровню образования, квалификации, профессионализму, критерии отбора.

Реализацию программы осуществляет тренер-преподаватель, имеющий:

- высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки»;

- высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки». Опыт работы не требуется.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) Программа рассчитана на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы не должна превышать на тренировочном этапе – трех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

## **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Год обучения	Сроки реализации	Кол-во (ч/нед)	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)
	Кол-во учебных недель в год		
1 год обучения	52 недели (с 02.09 по 31.08)	12	4 занятия в неделю согласно расписанию по 135 минут, с перерывом на отдых

### **2.2. Формы контроля и аттестации**

Система контроля и зачетные требования Программы включает:

- комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения Программы;

- методические указания по организации промежуточной (после каждого этапа (периода) обучения) и итоговой (после освоения Программы) аттестации

обучающихся;

- требования к результатам освоения Программы, выполнение которых дает основания для перевода обучающегося в дальнейшем на программу спортивной подготовки.

При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы по каждой предметной области. Форма проведения промежуточной и итоговой аттестации определяется МБУ ДО ДЮСШ №1.

### **2.3. Диагностический инструментарий**

Оценивание обучающихся является важнейшим звеном учебной деятельности. Методы, с помощью которых они осуществляются, должны выполняться при соблюдении следующих требований: объективность, индивидуальный подход, систематичность, осмысленность. Это дает возможность проследить динамику развития обучающихся на каждом этапе обучения.

Педагогическая диагностика детского развития проводится 3 раза в год (первичная – в сентябре, текущая, итоговая - в августе).

**Первичная диагностика** стартовых знаний проводится на начальном этапе формирования коллектива. Диагностика осуществляется при помощи анкетирования, беседы с родителями с целью выявления уровня развития индивидуальных творческих особенностей каждого ребёнка, изучения его мотивации к выбранной деятельности.

**Текущая диагностика** осуществляется в ходе обучающей деятельности и сопровождается своевременной коррекцией по ходу занятий. Учитываются результаты освоения Программы по каждому предметному разделу, личностное развитие обучающихся, взаимоотношения в коллективе.

Применяются такие виды текущего контроля как наблюдение, опрос, самостоятельная работа, соревнования

**Итоговая диагностика** проводится по результатам освоения образовательной Программы.

Используются следующие формы контроля: практическое задание, открытое занятие, сдача нормативов, зачет, участие в соревнованиях, конкурсах.

На контрольных занятиях выполняются нормативы, упражнения, задачи.

#### **2.3.1. Методические указания по организации аттестации**

Для оценки уровня освоения Программы по теории и методике физической культуры и спорта проводится устный экзамен по пройденным темам.

Для тестирования уровня освоения Программы по общей и специальной физической подготовке используют комплексы контрольных упражнений.

При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы по каждой предметной области. Все контрольные упражнения указаны для соответствующего периода подготовки и их успешная сдача дает право перейти на следующий этап (период) подготовки (исключение составляют требования к спортивным

результатам: обучающийся переходит на следующий этап (период) подготовки только в случае выполнения необходимого разряда для данного этапа (периода).

Ежегодно приказом спортивной школы утверждаются сроки сдачи аттестации по различным предметным областям (в течение месяца в конце учебного года) и члены аттестационной комиссии.

Явка на прохождение аттестации обязательна для всех обучающихся. Отсутствие на сдаче какой-либо предметной области без уважительной причины может являться поводом для отчисления обучающегося из спортивной школы.

Для обучающихся, не явившихся на аттестацию по уважительной причине, аттестация будет назначена на другое время.

В случае неудачной сдачи требований аттестации обучающийся имеет право на повторную аттестацию, но не более одного раза.

На следующий этап (период) подготовки переходят только обучающиеся успешно прошедшие промежуточную аттестацию по всем предметным областям Программы. Те, кто не справился с промежуточной аттестацией на следующий этап (период) подготовки не переводятся, для них возможно повторное прохождение данного периода подготовки (но не более одного раза на данном этапе).

Используются упражнения, которые дают оценку развития основных физических качеств (скоростные качества, скоростно-силовые качества, выносливость, силовые качества, координация). Состав упражнений подобран с учетом задач комплексной оценки уровня общей физической подготовленности на этапах многолетней подготовки. Для тестирования уровня специальной физической подготовки используется специализированные упражнения.

#### **2.4. Рабочая программа воспитания. Календарный план воспитательной работы**

Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы (Приложение № 4) - обязательные структурные элементы Дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы по виду спорта «Баскетбол». Рабочая программа воспитания разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ ст. 2, п. 2. (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2020).

2. Федерального закона от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

3. Указа Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024года».

4. Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

5. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

6. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

7. Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).

8. Государственной программы РФ «Развитие образования» (2018 – 2025 годы). Утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642.

9. Стратегии национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400).

#### **2.4.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей **целью воспитания** является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Достижению поставленной цели воспитания обучающихся будет способствовать решение следующих основных задач:

- удовлетворить индивидуальные потребности обучающихся в физическом развитии, также в занятиях физической культурой и спортом;
- сформировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- обеспечить духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, военно-патриотическое, трудовое воспитание обучающихся;
- создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся, а также лиц, проявляющих выдающиеся способности;
- содействовать приобретению обучающимися социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, социализировать и адаптировать обучающихся к жизни в обществе;
- сформировать общую культуру обучающихся;
- поддержать деятельность детских инициатив, направленных на социально-значимый результат;



- реализовать потенциал тренеров-преподавателей, в воспитании обучающихся, укрепить коллективные ценности в педагогическом сообществе;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями (законными представителями), направленную на совместное принятие решений по проблемам личностного развития обучающихся.

Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей.

Для решения задач воспитания при реализации Программы необходимо создавать и поддерживать определённые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Воспитательная работа основывается на творческом использовании общих принципов воспитания:

- гуманистический характер воспитания;
- воспитание в процессе спортивной деятельности;
- индивидуальный подход;
- воспитание в коллективе и через коллектив;
- сочетание требовательности с уважением личности обучающихся;
- комплексный подход к воспитанию;
- единство обучения и воспитания.

Ценностно-целевую основу воспитания детей при реализации Программы составляют **целевые ориентиры воспитания** как ожидаемые результаты воспитательной деятельности в процессе реализации Программы.

**Основные целевые ориентиры воспитания** на основе российских базовых (конституционных) ценностей направлены на воспитание, формирование:

- понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- безопасного поведения; культуры самоконтроля своего физического состояния;
- стремления к соблюдению норм спортивной этики;
- уважения к старшим, наставникам;
- дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности; сознания ценности физической культуры, эстетики спорта;
- интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений; стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

#### **2.4.2. Приоритетные направления воспитания**

В качестве основных направлений воспитательной работы следует выделить:

1. Формирование гражданско-патриотических, спортивно-патриотических компетенций обучающихся.
2. Спортивно-этическое воспитание.
3. Формирование нормативных качеств личности и образцов поведения обучающихся (правовое воспитание).

3. Формирование социокультурных и медиа-культурных компетенций обучающихся.

4. Формирование экологических компетенций обучающихся.

5. Стимулирование стремлений к высоким спортивным достижениям обучающихся.

6. Приобщение «трудных» подростков к занятиям физкультурой и спортом.

#### **2.4.3. Формы, методы, средства и технологии проведения воспитательных мероприятий и содержание деятельности, методы воспитательного взаимодействия**

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор тренером-преподавателем таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является **учебно-тренировочное занятие**. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся:

- усваивают информацию, имеющую воспитательное значение;
- получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации;
- осознают себя способными к нравственному выбору;
- участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой велосипедиста.

В работе с обучающимися применяется широкий круг средств и методов воспитания. Методы воспитания - это способы влияния педагогического работника на чувства, сознание, психику обучающегося для решения задач воспитания. В качестве методов нравственного воспитания могут использоваться встречи с известными спортсменами, беседы, разъяснения, рассказ. В качестве средств используются учебно-тренировочные занятия, тренировочные мероприятия, спортивные соревнования, беседы, собрания, кинофильмы, наглядные пособия, общественно полезный труд, общественная деятельность.

В качестве методов нравственного воспитания применяется формирование нравственного сознания (нравственное просвещение) и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение), предупреждение и обсуждение отрицательных действий (наказание), упражнение (практическое научение).

#### **2.4.4. Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательная работа на отделении баскетбола представлена в рамках нескольких вариативных модулей: «Гражданско-патриотическое воспитание», «Основные школьные дела», «Медиа в дополнительном образовании», «Организация предметно-эстетической среды», «Профилактика» и инвариантных модулей: «Спортивно-этическое и правовое воспитание», «Тренер-преподаватель», «Воспитание на учебно-тренировочном занятии», «Работа с одаренными детьми», «Работа с родителями (законными представителями)», «Воспитание экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни», «Спортивно-массовые мероприятия».

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к тренеру-преподавателю, к выполнению своих заданий по Рабочей программе воспитания. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по Рабочей программе воспитания проводится путём опросов родителей (законных представителей) в процессе реализации Рабочей программы воспитания (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации Рабочей программы воспитания за учебный период, учебный год). Проводится анализ наличия на отделении баскетбола интересной, событийно насыщенной и личностно развивающей совместной деятельности детей и взрослых.

Итог анализа - выявление проблем, над которыми предстоит работать тренерам-преподавателям, корректировка действий для получения последующих желаемых результатов.

## **2.5. Методическое обеспечение**

### **2.5.1. Методические основы системы спортивной подготовки**

Теоретический материал программы необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения наглядного материала и приемов работы показом.

**Основной формой обучения является учебно-тренировочное занятие.** В ходе занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает, обязательную общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Наиболее распространенными **формами работы с детьми** при реализации данной Программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

#### **Основные формы организации занятия:**

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- лекция;
- участие в соревнованиях;
- медико-восстановительные мероприятия и медицинский контроль;
- тестирование.

**Практические занятия** - основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения - совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются обучающимися в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий. Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем обучающимися при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого обучающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

**Соревнования**, как важнейшая составная часть спортивной подготовки, используются в качестве действенного средства для стимулирования адаптационных реакций организма обучающихся. Они являются составной частью интегральной подготовки, дающей возможность объединить технико-тактическую, физическую, психологическую подготовку в единую систему, направленную на достижение высоких спортивных результатов.

Только в процессе соревнований обучающиеся могут достичь уровня предельных функциональных напряжений организма и выполнять такую нагрузку, которая в процессе тренировочных занятий является непосильной.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности тренера-преподавателя и обучающегося. Очень важно, в связи с реализацией принципов индивидуализации и дифференциации, подобрать для каждого обучающегося соответствующие **методы** и методические приемы обучения и воспитания.

#### **Методы обучения:**

**1. Словесные методы** – составляют основу обучения. Наиболее широко используют объяснения, указания, команды, оценку техники, разбор и анализ, пересказ задания, а также беседы и лекции.

**2. Наглядные методы** – включают показ (натуральную демонстрацию изучаемого способа) и наглядные пособия (плакаты, схемы, таблицы, видеоманускрипты).

**3. Практические методы** - предусматривают непосредственное выполнение изучаемых движений либо в целом, либо по частям, в зависимости от сложности.

**Практические методы** тренировки, основанные на двигательной деятельности спортсмена, подразделяются на методы упражнений, игровой и соревновательный методы.

**Метод целостного упражнения** применяют при изучении как простейших двигательных действий, так и сложных, которые нельзя расчленить без существенного искажения их характеристик.

**Метод расчлененного упражнения** предполагает изучение отдельных относительно самостоятельных частей, элементов, фаз изолированно, и лишь после определенного усвоения они соединяются в целостное действие.

**Сопряженный метод** используется в процессе совершенствования в технике, тактике с параллельным развитием физических качеств. При выполнении технико-тактических действий применяют различного рода отягощения строго определенного веса, не искажающие технику движений. Следующая большая группа методов основана на различных способах регламентации режима нагрузки и отдыха.

**Равномерный метод** характеризуется непрерывным выполнением физических упражнений в течение относительно длительного времени с постоянной интенсивностью (как правило, невысокой), темпом, величиной усилия (например, кроссы, плавание, ведение мяча и т.д.). Тренирующее воздействие равномерного метода на организм обеспечивается в период работы. Увеличение нагрузки достигается за счет повышения длительности или интенсивности выполнения упражнения.

**Переменный метод** определяется направленным изменением воздействующих факторов по ходу выполнения упражнения. Это достигается за счет варьирования нагрузки в ходе непрерывного упражнения путем изменения скорости передвижения, темпа, величины усилий, амплитуды движений, изменения техники и т.п. Тренирующее воздействие переменного метода на организм обеспечивается в период работы. Одним из преимуществ переменного метода по сравнению с равномерным методом является то, что при его использовании во многом устраняется монотонность в работе.

**Повторный метод** заключается в многократном выполнении упражнений с определенными интервалами отдыха. Длительность упражнения, интенсивность нагрузки, продолжительность отдыха, количество повторений зависят от решаемых задач. Тренирующее воздействие повторного метода обеспечивается как в процессе выполнения отдельного упражнения, так и суммированием эффекта от всех повторений. К преимуществам данного метода можно отнести возможность четкой организации занимающихся, достаточно точной регламентации нагрузки, своевременного исправления ошибок.

**Интервальный метод** характеризуется многократным серийным повторением упражнений через определенные интервалы отдыха между повторениями и между сериями повторений. Причем как нагрузку, так и паузы отдыха можно изменять в различных отношениях. Это существенно расширяет возможность целенаправленного воздействия на различные функции организма (при развитии физических качеств) и на динамику усвоения технико-тактических навыков или на параллельное сопряженное совершенствование этих важных компонентов баскетбола. Тренирующим воздействием обладают не только (и не столько) сами упражнения, но и интервалы отдыха. Применение интервального метода требует, однако, осторожности и строгого контроля за компонентами нагрузки. Несоответствия их содержания и структуры часто приводит к перенапряжению и переутомлению.

**Метод круговой тренировки** – это организационно-методическая форма занятий, основу которой составляет серийное (непрерывное и с интервалами) повторение упражнений, подобранных и объединенных в комплексе, которые выполняются в порядке последовательной смены «станций» по замкнутому

контуру. Большинство упражнений носит локальный характер, т.е. воздействует на определенную мышечную группу, на определенное физическое качество. В форме круговой тренировки совершенствуются также и отдельные технико-тактические навыки. Ценной чертой круговой тренировки является возможность строго индивидуальной дозировки нагрузки.

**Игровой метод** представляет собой двигательную деятельность игрового характера, определенным образом упорядоченную (замысел, план игры, правила и т.д.). В игровом методе могут быть использованы различные физические упражнения: бег, прыжки, метания, акробатические упражнения, технико-тактические и другие упражнения, выполняемые в форме подвижных игр, эстафет и специальных игр с мячом. Один из недостатков игрового метода - ограниченные возможности дозировки нагрузки, так как многообразие способов достижения цели, постоянное изменение ситуаций, динамичность действий не позволяют точно регулировать нагрузку как по направленности, так и по степени воздействия.

**Соревновательный метод** основан на сопоставлении сил в условиях упорядоченного (в соответствии с правилами) соперничества, борьбы за первенство или возможно более высокого достижения в соревнованиях и играх различного ранга. Особенности этого метода (официальное определение победителей, награды за достигнутые результаты, признание общественной значимости достижений и т.д.) создают эмоциональный и физиологический фон, который усиливает воздействие физических упражнений и способствует максимальному проявлению функциональных возможностей организма.

**Основным средством** подготовки баскетболистов являются физические упражнения, которые представляют собой двигательные действия, выбранные и используемые методически правильно для реализации поставленной задачи.

**Основная направленность физической подготовки на данном этапе** - воспитание качеств быстроты и общей выносливости, специальной ловкости и гибкости баскетболистов, становление базы скоростно-силовых возможностей.

В данной Программе предполагается использовать современные методики, основанные на постоянном изучении всех элементов баскетбола и тактики, с последующим совершенствованием игры в целом.

Основные современные образовательные технологии, применяемые при реализации Программы, связаны с реализацией накопленного опыта, социального заказа и современных достижений (педагогических, экономических, технических) и включают в себя:

- здоровьесберегающие технологии;
- личностно-ориентированное обучение;
- дифференцированное обучение;
- спортивно ориентированная технология;
- информационно-коммуникационные технологии;
- деятельностные технологии;
- дистанционные образовательные технологии;
- технология воспитания в коллективе;
- игровые технологии.

- **здоровьесберегающие технологии** создают максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития эмоционального, интеллектуального и физического здоровья обучающихся (условия обучения при отсутствии стресса, адекватности требований, методик обучения и воспитания; рациональная организация образовательного процесса, двигательного режима в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся и гигиеническими требованиями; создание благоприятного эмоционально-психологического климата);

- **личностно-ориентированное обучение** основывается на совместной деятельности обучающегося и тренера-преподавателя; создает условия для выявления, развития и осмысления (рефлексии) обучающимися познавательного интереса в области физической культуры и спорта, сопровождения процесса построения и реализации индивидуальной программы физического развития;

- **дифференцированное обучение** учитывает применение двигательных тестов и практико-ориентированных заданий с учетом уровня физической подготовленности и состояния здоровья обучающихся;

- **спортивно ориентированная технология** обучения направлена на углубленное изучение отдельных видов спорта и современных двигательных технологий, позволяющих получать результаты от вида деятельности в условиях соревнований, контрольных испытаний и оценивать личные способности, формируя устойчивую потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;

- **информационно-коммуникационные технологии** включают: создание спортивных сайтов, показ видеофильмов и презентаций с целью повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями и приобретения знаний по проведению самостоятельных занятий физической культурой и спортом, а также возможность использования компьютерных технологий в диагностике состояний обучающихся физической культурой и спортом, методов педагогической, психологической и медико-биологической коррекции в условиях постоянного контроля различных параметров обучающихся;

- **деятельностные технологии** обучения (проектная деятельность) позволяют вовлечь обучающихся в самостоятельный познавательный и практико-ориентированный процесс, дающий возможность максимального раскрытия личностного творческого потенциала, с последующей организацией занятий научно-исследовательской работой;

- **адаптивное обучение** предполагает гибкую систему организации учебно-тренировочных занятий с учетом индивидуальных особенностей обучающихся с преимущественно активной самостоятельной деятельностью и является разновидностью технологии разноуровневого обучения;

- **дистанционные образовательные технологии** включают совокупность программных средств учебного назначения (электронные учебные пособия и учебники, компьютерные обучающие программы и т.п.), а также образовательные программы и учебно-методические комплексы, предназначенные для сопровождения образовательного процесса;

- **технологии формирования индивидуальной профессионально-образовательной траектории развития**, в условиях персонального самоопределения сферы будущей профессиональной деятельности направлены на формирование у обучающихся готовности самостоятельно планировать и реализовывать перспективы персонального образовательно-профессионального маршрута в условиях свободы выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной спортивной деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями, и с учетом требований рынка труда;

- **технология воспитания в коллективе** дает возможность обучающемуся необходимый опыт общения и взаимодействия с окружающими, помогает адаптироваться к внешним условиям, регулировать свое поведение во время учебно-тренировочных занятий и на соревнованиях;

- **технология и методика индивидуального рефлексивного воспитания**, которая используется тренерами-преподавателями спортивной школы при организации различных форм образовательного процесса: применение данной технологии позволяет эффективно использовать дифференцированный подход к обучению с учетом уровня интеллектуального развития ребенка, а также его физической подготовленности, его способностей;

- **игровые технологии** используются для развития физических качеств, формирования умений и навыков в выполнении физических упражнений, активизации и совершенствовании основных психических процессов, лежащих в основе двигательной активности обучающихся.

### **Рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий**

#### **Алгоритм учебно-тренировочного занятия**

Структура учебно-тренировочных занятий включает в себя три основных этапа: организационный момент, основную часть и заключительную часть.

1. Организационная часть учебно-тренировочного занятия служит для организации обучающихся и подготовки их к последующей работе. В этой части проводят разминку, которая состоит из двух частей – общей и специальной. В первой части проводят упражнения, повышающую общую работоспособность, во второй осуществляется специальная физическая подготовка, помогающая решению основных задач занятия.

2. Основная часть предназначена для специальной подготовки обучающихся. В неё включают упражнения для развития двигательных качеств, освоения и совершенствования технико-тактических приемов.

3. Заключительная часть способствует постепенному снижению нагрузки, частичному восстановлению и подготовке к последующей деятельности.

#### **Формы подведения итогов:**

- тестирование (индивидуальное),
- открытые занятия,
- соревнования, спартакиады, матчи, турниры,
- педагогическое наблюдение,
- отзывы детей и родителей.

Спортивная тренировка обучающихся имеет ряд методических и организационных особенностей:



1. Учебно-тренировочные занятия с обучающимися не должны быть ориентированы на достижение в первые годы занятий высоких спортивных результатов (на этапах начальной подготовки и начальной спортивной специализации).

2. Учебно-тренировочные и соревновательные нагрузки должны соответствовать функциональным возможностям растущего организма.

3. В процессе всех лет занятий необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить организацию врачебно-педагогического контроля за состоянием здоровья обучающихся, их подготовленностью и физическим развитием.

4. Надежной основой успеха обучающихся в баскетболе является приобретенный фонд умений и навыков, всестороннее развитие физических качеств.

5. Необходимо учитывать особенности построения школьного учебного процесса в планировании спортивной тренировки.

### **Список литературы и Интернет-ресурсов:**

1. Адейеми Д.П., Сулейманова О.Н. Баскетбол. Основы обучения техническим приемам игры в нападении. Учебно-методическое пособие/ Д.П. Адейеми, Сулейманова О. Н. – Флинта, 2018-40 с.
2. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л. В.- Киев: Олимп, лит., 2002. - 295 с.
3. Гомельский, Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Методическое пособие / Е. Я. Гомельский - Москва, 2010-40 с.
4. Гомельский, А. Я. Библия баскетбола.1000 баскетбольных упражнений/ А. Я. Гомельский - Эксмо-Пресс, 2016-256 с.
5. Гомельский, В. А. Как играть в баскетбол / В. А. Гомельский - Эксмо, 2015- 256с.
6. Железняк, Ю. Д., Портнов, Ю. М. Спортивные игры. Учебник для вузов Том 2/ Ю.Д. Железняк, Ю. М. Портнов - М.: Издательский центр «Академия», 2004.
7. Костикова, Л. В., Баскетбол: Азбука спорта / Л. В. Костикова- М.: ФиС, 2002-176 с.
8. Лихачев, О. Е., Фомин, С.Г., Чернов, С.В., Мазурина, А.В. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе. Учебное пособие / О. Е. Лихачев, С. Г. Фомин, С. В. Чернов, А. В. Мазурина - М.-Смоленск, 2011.
9. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н. Г. Озолин - М.: АСТ: Астрель, 2003. - 863 с.
10. Пайе, Б., Пайе, П., Баскетбол для юниоров.110 упражнений от простых до сложных / Б. Пайе, П. Пайе -ТВТ Дивизион, 2017-352 с.
11. Портнов, Ю.М., Баскетбол. Учебник для вузов физической культуры/ Ю. М. Портнов -Академия.,1997-480 с.
12. Портнов, Ю.М., Башкирова, В. Г. Баскетбол. Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва 79 / Ю. М. Портнов, В. Г. Башкирова - М.: Издательство «Советский спорт»,2007.-98 с.
13. Соколовский, Б. И., Костикова, Л. В., Словарь баскетбольных терминов на английском и русском языках. / Б. И. Соколовский, Л. В. Костикова Москва, РФБ 2017.

### **Перечень интернет-ресурсов**

[www.fiba.com](http://www.fiba.com) – вэб сайт Международной федерации баскетбола

[www.basket.ru](http://www.basket.ru) – вэб сайт Российской федерации баскетбола

[www.pro\\_100basket.ru](http://www.pro_100basket.ru) – вэб сайт Ассоциации студенческого баскетбола

России

<https://rusada.ru/> - официальный интернет-сайт РУСАДА

<https://www.wada-ama.org/> - официальный интернет-сайт ВАДА

<https://www.youtube.com/watch?v=ScORS1CGuUI> - Баскетбол разбор ошибок при ведении мяча.

<https://www.youtube.com/watch?v=x1ltPLF9qSg> - Баскетбол. Техника трех очкового броска.

<https://www.youtube.com/watch?v=KPUSHC0FET0> - Баскетбол. 3  
эффективных способа обыграть защитника.

<https://www.youtube.com/watch?v=S6xmZVbd6lg>- Баскетбол.

<https://www.youtube.com/watch?v=LI44hE3ww0A> -Баскетбол.

Индивидуальная тренировка дриблинга.

[www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

Министерство спорта РФ

<http://минобрнауки.рф/>

Министерство образования и  
науки РФ

[www.basket.ru](http://www.basket.ru)

Российская Федерация баскетбола

## Приложения

### Приложение №1

#### **Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований**

Для предотвращения травм на занятиях командными игровыми видами спорта, в том числе баскетболом, необходимо учитывать основные причины травматизма:

- нарушение правил организации занятий и отсутствие сознательной дисциплины;
- нарушение методики и режима тренировки;
- плохое материально-техническое обеспечение занятий;
- нарушение врачебных требований и гигиенических условий.

К травматизму могут привести: проведение занятий без тренера-преподавателя; неправильное размещение или слишком большое количество обучающихся в зале; отсутствие сознательной дисциплины, чувства ответственности и серьезного отношения к занятиям.

#### **Общие требования безопасности**

1. К учебно-тренировочным занятиям допускаются обучающиеся только после ознакомления с правилами техники безопасности и имеющие медицинский допуск к занятиям баскетболом.

2. При осуществлении учебно-тренировочного процесса необходимо соблюдать правила поведения в спортивном зале, время тренировок в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

3. При проведении учебно-тренировочных занятий по спортивным играм возможно воздействие следующих опасных факторов: травмы при столкновениях, при нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

4. Учебно-тренировочные занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

5. При проведении занятий по спортивным играм должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи при травмах.

6. О каждом несчастном случае с обучающимся пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и принимает меры к оказанию первой помощи пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

7. В процессе учебно-тренировочных занятий тренер-преподаватель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при

необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

#### **Требования безопасности перед началом учебно-тренировочных занятий**

1. Тщательно проветрить спортивный зал.
2. Тренер-преподаватель должен проверить исправность и надежность крепления баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.
3. Вход в зал разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.
4. Обучающиеся допускаются к занятиям только в соответствующей спортивной форме и спортивной обуви с нескользкой подошвой. Перед занятием необходимо снять все украшения и предметы, способные привести к травме: браслеты, цепочки, часы, заколки и т.д.
5. Ногти на руках должны быть коротко подстрижены.
6. Провести разминку.

#### **Требования безопасности во время учебно-тренировочных занятий.**

1. Учебно-тренировочные занятия в зале проходят согласно расписанию.
2. Тренер-преподаватель должен поддерживать дисциплину во время учебно-тренировочных занятий и добиваться четкого выполнения своих требований и замечаний, постоянно осуществлять контроль за действиями обучающихся.
3. При занятиях баскетболом должно быть исключено:
  - пренебрежительное отношение к разминке;
  - неправильное обучение технике физических упражнений;
  - плохая подготовка инвентаря для проведения занятий (плохое крепление снарядов, не выявленные дефекты);
  - нарушение дисциплины, невнимательность, поспешность.
4. На занятиях баскетболом запрещается:
  - находиться в зале и начинать учебно-тренировочные занятия без тренера-преподавателя;
  - начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только без сигнала тренера-преподавателя;
  - брать инвентарь и выполнять физические упражнения без разрешения и присутствия тренера-преподавателя;
  - категорически запрещается висеть на дужке кольца, залезать на баскетбольный щит, бросать мяч под ноги игрокам, передавать или подавать мяч ногами.

#### **Требования безопасности в чрезвычайных и аварийных ситуациях**

1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить учебно-тренировочные занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

2. При получении обучающимся травмы немедленно сообщить об этом руководителю учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

3. При возникновении пожара в спортивном зале действия работников образовательного учреждения должны соответствовать требованиям инструкции по пожарной безопасности, действующей в учреждении.

Требования безопасности по окончании занятий.

1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
2. Проветрить спортивный зал и провести влажную уборку.
3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь, тщательно вымыть лицо и руки с мылом, по возможности принять душ.

**Материально-техническое оснащение  
Оборудование и спортивный инвентарь**

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
<b>Оборудование и спортивный инвентарь</b>			
1	Конструкция баскетбольного щита в сборе (щит, корзина с кольцом, сетка, опора)	комплект	2
2	Мяч баскетбольный	штук	30
3	Доска тактическая	штук	2
4	Мяч набивной (медицинбол)	штук	20
5	Свисток	штук	4
6	Секундомер	штук	4
7	Стойка для обводки	штук	20
8	Фишки (конусы)	штук	30
<b>Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь</b>			
9	Барьер легкоатлетический	штук	20
10	Гантели массивные от 1 до 5кг	комплект	3
11	Корзина для мячей	штук	2
12	Мяч волейбольный	штук	2
13	Мяч набивной (медицинбол)	штук	15
14	Мяч теннисный	штук	10
15	Мяч футбольный	штук	2
16	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	4
17	Скакалка	штук	24
18	Скамейка гимнастическая	штук	4
19	Утяжелитель для ног	комплект	15
20	Утяжелитель для рук	комплект	15
21	Эспандер резиновый ленточный	штук	24

Таблица №2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование					
№п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	Единица измерения	Расчетная единица	Этап начальной подготовки	
				количество	срок эксплуатации (месяцев)
1.	Мяч баскетбольный	штук	на обучающегося	-	-

Таблица №3

Обеспечение спортивной экипировкой					
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этап начальной подготовки	
				количество	срок эксплуатации (месяцев)
1	Гольфы	пар	на обучающегося	-	-
2	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-
3	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-
4	Кроссовки для баскетбола	пар	на обучающегося	-	-
5	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-
6	Майка	штук	на обучающегося	-	-
7	Носки	пар	на обучающегося	-	-
8	Полотенце	штук	на обучающегося	-	-
9	Сумка спортивная	штук	на обучающегося	-	-
10	Фиксатор голеностопного сустава (голеностопник)	комплект	на обучающегося	-	-
11	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	-
12	Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник)	комплект	на обучающегося	-	-
13	Футболка	штук	на обучающегося	-	-
14	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-
15	Шорты спортивные (трусы спортивные)	штук	на обучающегося	-	-
16	Шорты эластичные (тайсы)	штук	на обучающегося	-	-



**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 20 м (не более 4,0 с)	Бег на 20 м (не более 4,3 с)
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 10,0 с)	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 10,7 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 35 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 30 см)
Выносливость	Челночный бег 40 с на 28 м (не менее 183 м)	Челночный бег 40 с на 28 м (не менее 168 м)
	Бег 600 м (не более 1 мин. 55 с)	Бег 600 м (не более 2 мин. 10 с)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	Обязательная техническая программа

**Формы аттестации / контроля**

**Формы аттестации:** контрольное занятие, соревнования.

**Оценочные материалы:** контрольные нормативы, задания.

**1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- видеозапись;
- портфолио;
- грамота, диплом;
- отзыв детей и родителей;
- свидетельство;
- протоколы соревнований.

**2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- открытое занятие;
- соревнования различного уровня (внутришкольные, районные, в рамках ВФСК ГТО).

**Оценочные материалы**

Оценочные материалы: контрольные нормативы, задания. Оценка результатов по общей и специальной физической подготовленности обучающихся определяют по выполнением следующих контрольных упражнений.

**Контрольные упражнения: Общая и специальная физическая подготовка**

1. Бег 60 м.
2. Прыжок в длину с места.

3. Высота подскока.

4. Бег 20 м.

#### **Техническая подготовка**

1. Ведение мяча 20 м.

2. Штрафные броски. 25

3. Броски в движении после ведения.

4. Броски с точек.

#### **Общая физическая подготовка**

Бег 60 м. Выполняется с высокого старта, в соответствии с правилами легкоатлетических соревнований.

Прыжок в длину с места - тест на определение скоростно-силовых качеств.

Скоростно-силовые способности, являются соединением силовых и скоростных способностей. В основе их лежит функциональные свойства мышечной и других систем, позволяющие совершать действия, в которых наряду со значительной механической силой требуется и значительная быстрота движений.

Цель: Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места

Методика: спортсмен стоит у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние. При приземлении нельзя опираться сзади руками об пол. Расстояние измеряется от линии до пятки сзади стоящей ноги. Записывается лучший результат.

Каждый испытуемый делает две попытки - засчитывается лучший результат.

#### **Специальная физическая подготовка**

Бег 20 м. Выполняется с высокого старта. Время фиксируется по общепринятой методике ручным секундомером - тест на определение скоростных качеств.

Быстрота - способность выполнять двигательные действия в минимальный срок. Быстрота определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

Цель: Определить скоростные качества в беге на 20 м. с высокого старта.

Методика: в забеге участвуют не менее двух человек. По команде

- На старт! участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде - Внимание! наклоняются вперед, и по команде - Марш! бегут к линии финиша по своей дорожке. Фиксируется лучший результат. Бег 6 мин - тест на определение выносливости.

Выносливость - способность противостоять утомлению и какой-либо деятельности. Выносливость - определяется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов.

Цель: Определить выносливость в непрерывном беге за 6 минут.

Методика: Бег можно выполнять как в спортивном зале, так и на стадионе. В забеге одновременно участвуют 6-8 человек; столько же участников по заданию тренера-преподавателя занимаются подсчётом кругов и определением общей длины дистанции. Для более точного подсчёта, беговую дорожку целесообразно разметить через каждые 10 м. По истечении 6 мин. бегуны останавливаются, и определяются их результаты (в метрах).

Высота подскока. Для этой цели применяется приспособление конструкции В. М. Абалакова. Отталкиваясь и приземляясь, обучающийся не должен выходить за пределы квадрата 50x50 см. Число попыток - три. Берется лучший результат. При проведении испытаний должны соблюдаться единые требования (точка отсчета при положении стоя на всей ступне).

#### **Техническая подготовка**

Бросок набивного мяча (1кг) из положения сидя – тест на определение силы

Испытуемая садится, ноги врозь, мяч удерживается двумя руками над головой. Из этого положения он слегка наклоняется назад и метает мяч вперед как можно дальше. Из трех попыток засчитывается лучший результат. Длина метания определяется от воображаемой линии пересечения таза и туловища до ближней точки касания снаряда.

Штрафные броски. Игрок выполняет 5 серий по 2 броска (10 бросков). После первого броска мяч ему подает партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч и с ведением возвращается в исходную позицию. Учитывается количество попаданий мяча.

Ведение мяча 20 м. Обучающийся ведет мяч правой рукой 20 м. Фиксируется время продвижения (с), а также дается экспертная оценка техники выполнения ведения.

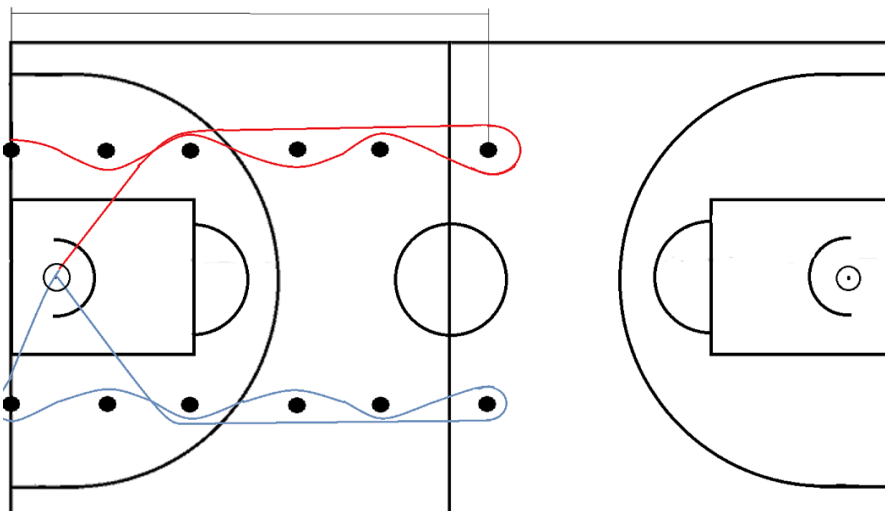
Бросок в движении после ведения. Упражнение выполняется в правой стороне площадки. От средней линии учащийся ведет мяч к щиту, входит в трехсекундную зону между 1 и 2 усиками и совершает бросок в движении. Упражнение повторяется 5 раз. Учитывается количество попаданий, а также экспертная оценка техники выполнения упражнения.

Броски с точек. Обучающийся выполняет две серии по 10 бросков. Точки бросков размечаются на площадке следующим образом:

- точки 1 и 2 - слева от щита, на линии, параллельной лицевой линии площадки, и проходят через проекцию центра кольца;
- от точки 3 и 4 - слева от щита, на линии, проходящей через проекцию центра кольца под углом 45° к проекции щита;
- от точки 5 и 6 - на линии, проходящей проекцию кольца под углом 90° к проекции щита (т. е. прямо перед щитом);
- от точки 7 и 8 - симметрично точкам 3 и 4 справа от щита; от точки 9 и 10 - симметрично точкам 1 и 2 справа от щита. Расстояние точек 1, 3, 5, 7, 9 от проекции центра кольца для групп начальной подготовки - 3 м, для учебно-тренировочных групп - 3,5 м, а точек 2, 4, 6, 8, 10 - соответственно 4,5 и 5,0 м

### Скоростная техника (описание норматива)

Игрок стартует с лицевой линии на расстоянии 1,5 метра от места пересечения трехсекундной зоны и лицевой линии (левый фланг, стойка № 1). По сигналу тренера игрок обводит стойки №№ 2- 6, используя переводы мяча перед собой (стойки расположены на расстоянии 3м друг от друга) и продолжает движение с использованием ведения правой рукой с внешней стороны стоек в сторону кольца. Входит в трехсекундную зону на уровне второго уса и выполняет бросок в движении правой рукой (с двух шагов). После броска игрок подбирает мяч и, независимо от попадания, выполняет ведение правой рукой к стойке № 7, обводит стойки №№ 8-12 и продолжает движение с использованием ведения левой рукой с внешней стороны стоек в сторону кольца. На уровне второго уса игрок выполняет остановку и дистанционный бросок. В момент выпуска мяча время выполнения упражнения останавливается. Тренер фиксирует время выполнения упражнения и количество забитых мячей. Для групп ЭУТ- 1,2,3 за каждое попадание минус 0,5 сек, для групп ЭУТ- 4,5 и групп ЭСС за каждый промах плюс 0,5 сек.



Процент попадания штрафных бросков – игрок находится в центральном круге с мячом. По сигналу выполняется ведение к кольцу. Штрафные броски выполняются сериями по пять бросков: после первого - четвертого бросков мяч подают игроку, после пятого броска он подбирает мяч сам и с ведением двигается к противоположному кольцу. Обучающийся делает 25 бросков.

Процент попадания средних бросков. Процент попадания дальних бросков. – игрок с мячом выполняет поочередно бросок со средней дистанции (4,5 – 5 м), затем с дальней дистанции с угла площадки, под углом 45 градусов, напротив кольца, далее под углом 45 градусов и с угла площадки с противоположной стороны. Подбор мяча игрок осуществляет самостоятельно. Обучающийся делает по 20 бросков. Процент попадания высчитывается отдельно для средних и дальних бросков.

**План воспитательной работы  
на 2024-2025 учебный год**

Направление воспитательной деятельности	Основные воспитательные мероприятия	Сроки проведения	Участники	Ответственные за проведение
<b>Модуль «Гражданско-патриотическое воспитание»</b>				
<b>Формирование гражданско-патриотических, спортивно-патриотических компетенций обучающихся</b>	1. Турнир по уличному баскетболу среди юношей 2006-2008г.р., 2009г.р. и младше, команд девушек 2007г.р. и младше, посвященный Дню города Константиновска (ГБПОУ РО (КСХТ) и обучающиеся Торопова Н.А.)	сентябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель, Задорожная Н.Н., Фоминичева О.С., методисты
	2. Участие в мероприятиях, посвященных Дню города Константиновска: - экскурсия в церковь Покрова Пресвятой Богородицы - посещение экспозиции поискового отряда «Донской» им. А. Калинина	октябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Беседы на тему: «Традиции и быт донского казачества», «Донская земля - колыбель казачества».	октябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель, Задорожная Н.Н., Фоминичева О.С., методисты
	4. Соревнования по баскетболу, посвященные Дню народного единства	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Часы общения, посвященные Международному Дню	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	<p>толерантности: - беседы «Толерантность - путь к миру», «Толерантность всегда и во всем»</p>			
	<p>6. Проведение урока мужества, посвященного Дню защитника Отечества «Слава героям – спецоперации Константиновского района»</p>	февраль	обучающие ся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	<p>7. Урок памяти «Вспомним ветеранов ВОВ Константиновского района Ростовской области». Встречи с воинами- интернационалиста ми</p>	февраль май	обучающие ся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	<p>8. Соревнования по баскетболу, посвященные Дню защитника Отечества</p>	февраль	обучающие ся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	<p>9. Турнир по баскетболу 3х3 среди команд девушек, посвященный Международному женскому дню 8 Марта</p>	март	обучающие ся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	<p>10. Экскурсия- поход по историческим местам г. Константиновска и его окрестностям, с целью ознакомления обучающихся с казачьим бытом и традициями</p>	апрель	обучающие ся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	<p>11. Турнир по баскетболу среди</p>	апрель	обучающие ся	Торопов Н.А., тренер-

	казачьей молодёжи на кубок Атамана, посвящённый Дню Победы.		отделения баскетбола	преподаватель
	12. Турнир по баскетболу 3х3 среди команд юношей 2013-2015г.р., 2009-2011г.р. и младше, девушек, посвященный Дню Великой Победы.	май	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	13. Урок мужества, посвященный Дню Великой Победы «Никто не забыт, ничто не забыто!»	май	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	14. Посещение выставочных экспозиций культурно-этнографического центра «Истоки»: «Артефакты Великой Отечественной Войны»; «Персональная выставка картин С. Арешева» «Фотовыставка Е. Литвиновой «Жены Героев. Семьи героев»»; Выставка картин преподавателей Константиновской школы искусств	август	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Основные школьные дела»</b>				
	1. Социальные проекты – ежегодные совместно разрабатываемые и реализуемые обучающимися и тренерами-преподавателями комплексы дел	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	<p>(благотворительной, экологической, патриотической, трудовой направленности), ориентированные на преобразование окружающего школу социума: акции «Окна Победы», «Письма Победы», «Георгиевская лента», «Бессмертный полк», «Папа, мама, я – спортивная семья!» в рамках праздника «Всероссийский день семьи, любви и верности!» Спортивный праздник «День защиты детей!», акция «На ГТО всей семьей»</p>			
	<p>2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях и соревнований различного уровня</p>	<p>в течение учебного года</p>	<p>обучающиеся отделения баскетбола</p>	<p>Торопов Н.А., тренер-преподаватель</p>
	<p>3. Встречи с представителями Константиновского районного (юртового) казачьего общества, казаками казачьего конного центра казачьей дружины Константиновского района</p>	<p>в течение учебного года</p>	<p>обучающиеся отделения баскетбола</p>	<p>Торопов Н.А., тренер-преподаватель</p>
	<p>4. Встречи с представителями ОВД, общественности по вопросам профилактики правонарушений среди</p>	<p>в течение учебного года</p>	<p>обучающиеся отделения баскетбола</p>	<p>Торопов Н.А., тренер-преподаватель</p>



	несовершеннолетних и проявления экстремизма			
	5. Встречи с известными людьми, титулованными спортсменами города, района, области (талантливыми выпускниками, в т.ч. с теми, для кого тренировочные занятия стали стартом в профессию).	ноябрь январь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	6. Организация и проведение спортивных мероприятий в летнее время	июнь-август	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Спортивно-этическое и правовое воспитание»</b>				
<b>Формирование нормативных качеств личности и образцов поведения обучающихся</b>	1. Беседа-инструктаж с обучающимися о соблюдении правил техники безопасности, пожарной безопасности при проведении тренировочных занятий «Основные профилактические мероприятия по предупреждению травматизма во время занятий физическими упражнениями»	сентябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Беседы по профилактике дорожно-транспортного травматизма «Внимание, дети!», «Дорога. Транспорт. Пешеход»	сентябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Антитеррористичес	сентябрь	обучающиеся	Торопов Н.А., тренер-

	<p>кая безопасность в образовательной организации. Пропускной режим и правила поведения. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий по отработке действий при ЧС «Правила поведения в экстремальных ситуациях»</p>		отделения баскетбола	преподаватель
	<p>4. Изучение нормативных документов по профилактике наркомании, токсикомании и употребления ПАВ. Беседа на тему: «Не сломай свою судьбу» о вреде употребления алкоголя, наркотиков, ПАВ и курения, «Профилактика ВИЧ инфекций» (круглый стол)</p>	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	<p>5. Беседа на тему: «Условия охраны здоровья обучающихся в спортивной школе»</p>	сентябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	<p>6. Инструктивные беседы «Основы безопасного поведения во время спортивно-оздоровительных мероприятий» и «Права и обязанности подростков»</p>	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	<p>7. Час здоровья «Спорт и здоровье». Час информации «Спорт в нашей жизни».</p>	декабрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	<p>Акция «Константиновском у району - здоровое поколение!».</p> <p>Беседы «Стиль жизни – здоровье!», «Здоровому – все здорово!».</p> <p>Круглый стол «Ваш выбор - здоровье, жизнь, успех».</p> <p>Игра – путешествие «Секреты здоровья».</p> <p>Занимательный урок «Здоровый образ жизни. Задачи, которые необходимо решать в моем любимом виде спорта».</p> <p>Час размышления «Быть здоровым я хочу - пусть меня научат».</p>			
	<p>8. Изучение законодательной базы по противодействию терроризму и экстремизму</p>	<p>в течение учебного года</p>	<p>обучающиеся отделения баскетбола</p>	<p>Торопов Н.А., тренер-преподаватель</p>
<b>Модуль «Тренер-преподаватель»</b>				
	<p>1. Работа с коллективом учебно-тренировочной группы (проведение мероприятия и праздников для плодотворного и доверительного общения тренеров-преподавателей и обучающихся, основанных на принципах уважительного отношения к личности ребенка, поддержки активной позиции каждого ребенка в</p>	<p>в течение учебного года</p>	<p>обучающиеся отделения баскетбола</p>	<p>Торопов Н.А., тренер-преподаватель</p>

	беседе)			
	<p>2. Индивидуальная работа с обучающимися учебно-тренировочной группы, с одаренными детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание педагогических ситуаций, в играх, погружающих ребенка в мир человеческих отношений для изучения особенностей личностного развития обучающихся группы;</li> <li>- оказание поддержки ребенку в решении важных для него жизненных ситуаций и проблем, когда каждая проблема преобразуется тренером-преподавателем в задачу для обучающегося, которую они совместно стараются решить;</li> <li>- мотивация ребенка на участие в жизни группы, на участие в общественном детском/молодежном движении;</li> <li>- коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, его родителями (законными представителями), с другими обучающимися</li> </ul>	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	группы.			
	<p>3. Работа с родителями (законными представителями) обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- регулярное информирование родителей (законных представителей) об успехах и проблемах их детей, о жизни группы в целом;</li> <li>- организация родительских собраний, происходящих в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания обучающихся;</li> <li>- привлечение членов семьи обучающихся к организации и проведению дел группы;</li> <li>- организация в группах семейных праздников, конкурсов, соревнований, направленных на сплочение семьи и коллектива.</li> </ul>	в течение учебного года	родители (законные представители)	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Спортивно-массовые мероприятия, посвященные Дню тренера</b>				
	1. Соревнования по баскетболу среди команд юношей и девушек, посвященные Дню тренера (п. Орловский Ростовской области)	октябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Соревнования по баскетболу среди команд девушек 2007г.р. и молодежь, посвященные Дню	октябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	тренера			
	3. Соревнования по баскетболу среди команд юношей и девушек, посвященные памяти Изварина А.П.	ноябрь		Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Турнир по баскетболу, среди мужских команд, посвященный Памяти С.А. Романовского	апрель	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Воспитание на учебно-тренировочном занятии»</b>				
	1. Сверка списков обучающихся учебно-тренировочных групп, проведение бесед с обучающимися на тему соблюдения правил техники безопасности, ознакомление обучающихся под подпись с инструкциями по технике безопасности во время учебно-тренировочных занятий	Сентябрь-октябрь; в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Установление между тренером-преподавателем и обучающимися доверительных отношений, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб тренера-преподавателя, привлечению их внимания к информации, получаемой на учебно-	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	тренировочных занятиях, активизации их познавательной деятельности			
	3. Использование воспитательных возможностей содержания учебно-тренировочного занятия через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, коллективизма через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в учебно-тренировочных группах	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Побуждение обучающихся к соблюдению на учебно-тренировочных занятиях общепринятых норм поведения, правил общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципов учебно-тренировочной дисциплины и самоорганизации	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Формирование у обучающихся здорового образа жизни, представлений о	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	культуре здоровья и физической культуре			
<b>Модуль «Работа с одаренными детьми»</b>				
	1. Осуществление необходимых мероприятий для выявления, развития и поддержки спортивно-одаренных детей на отделении баскетбола (соревнования, сдача возрастных нормативов и т.д.).	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Выбор оптимальных форм и методов работы для закрепления и совершенствование спортивного результата.	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Создание условий для укрепления здоровья с учетом возрастных характеристик обучающихся, и личных особенностей обучающихся.	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Расширение возможностей для участия способных обучающихся в соревнованиях более высокого уровня.	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Доведение до широкой общественности (через социальные сети, печатные СМИ) информации о наличии и результативности талантливых, спортивно-	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель



	одаренных обучающихся на отделении баскетбола спортивной школы.			
<b>Модуль «Работа с родителями (законными представителями)»</b>				
	1. Проведение родительских собраний в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания обучающихся.	в течение учебного года	родители (законные представители)	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Проведение Дней открытых дверей для родителей (законных представителей).	в течение учебного года	родители (законные представители)	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Вовлечение родителей (законных представителей) обучающихся в организацию и проведение досуговой, спортивной, общественно-полезной деятельности учебно-тренировочной группы.	в течение учебного года	родители (законные представители)	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Организация семейных праздников, конкурсов, соревнований, направленных на сплочение родителей (законных представителей) обучающихся отделения баскетбола и спортивной школы	в течение учебного года	родители (законные представители)	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Медиа в дополнительном образовании»</b>				

<b>Формирование социокультурных и медиакультурных компетенций обучающихся</b>	1. Участие в создании и наполнении информации об отделении баскетбола для сайта школы и для страницы в социальной сети.	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Вовлечение обучающихся и родителей (законных представителей) на страницу сообщества «ВКонтакте».	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Обсуждение с обучающимися в режиме онлайн, в группах WatsApp, Viber, ВКонтакте выполнение домашних дистанционных заданий, упражнений.	в период самоизоляции	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Участие в съемках спортивно-массовых мероприятий, информационных и праздничных роликов.	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Проведение бесед в целях профилактики экстремизма: - «Профилактика правонарушений и проявлений экстремистского характера среди несовершеннолетних».	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Организация предметно-эстетической среды»</b>				
	1. Организация рабочего места в соответствии с требованиями санитарно-эпидемиологически	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	х норм для проведения занятий.			
	2. Событийный дизайн - оформление пространства проведения конкретных событий в спортивной школе (спортивных праздников, церемоний, торжественных линеек, творческих вечеров, выставок, собраний, конференций и т.п.).	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Совместная с детьми разработка, создание и популяризация особой школьной символики (флаг школы, гимн школы, эмблема школы, логотип, и т.п.), используемой в рамках спортивной школы, как в повседневности, так и в торжественные моменты жизни – во время праздников, торжественных церемоний, ключевых общешкольных дел и иных происходящих в жизни спортивной школы знаковых событий.	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Воспитание экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни»</b>				
<b>Формирование экологических компетенций обучающихся</b>	1. Спортивно экологическая викторина	октябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	«Эрудиты спорта»			
	2. Организация и проведение экологических субботников	в течение учебного года	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Проведение бесед: «Спорт и окружающая среда»;», «Экология начинается в семье».	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Областная акция «День древнонасаждений»	апрель	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Спортивно-экологический КВН для детей и родителей «Мы с природой друзья»	май	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Спортивно-массовые мероприятия»</b>				
<b>Стимулирование стремлений к высоким спортивным достижениям обучающихся</b>	1. Спортивно-массовое мероприятие «Посвящение в спортсмены»	сентябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Турнир по баскетболу среди девушек и юношей 2009г.р. и моложе (п. Орловский Ростовской области)	сентябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	3. Участие в мероприятиях, посвященных Дню города	октябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Смешанный турнир по баскетболу среди команд юношей и девушек 2008г.р. и моложе.	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Турнир по баскетболу среди девушек 2008-2010г.р. «Осенний кубок»	ноябрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	6. Турнир по баскетболу среди юношей 2010-2011г.р. и моложе	декабрь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	7. Спортивный праздник «Горжусь тобой, Отечество!», посвященный Дню защитника Отечества.	февраль	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	8. Акция «На ГТО всей семьей!»	март	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	9. Турнир по стритболу среди юношей 2006-2008, 2009-2011, 2012-2015г.р. «Весенний кубок».	март	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	10. Соревнования по баскетболу среди юношей 2008-2010г.р.	март	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	11. Турнир по баскетболу среди юношей 2009-2011г.р.	март	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	12. Спортивно-массовое мероприятие «День здоровья!»	апрель	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	13. Турнир по баскетболу Кубок «Весны» среди девушек 2008г.р. и младше.	апрель	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	14. Проведение традиционной многодневной велогонки (юноши/девушки)	июнь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	15. Соревнования по баскетболу, посвященные Дню защиты детей	июнь	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	16. Оздоровительно-восстановительный двухдневный поход к р. Дон.	август	обучающиеся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер- преподаватель
	17. Чествование	август	обучающиеся	Торопов Н.А.,

	лучших спортсменов школы		ся отделения баскетбола	тренер-преподаватель
	18. Экскурсия по историческим памятным местам г. Константиновска и хутора Ведерников	август	обучающие ся отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
<b>Модуль «Профилактика»</b>				
<b>Приобщение «трудных» подростков к занятиям физкультурой и спортом</b>	1. Составление списков обучающихся «группы риска».	сентябрь	обучающие ся «группы риска» отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	2. Совместная работа с педагогом-психологом по выявлению детей «группы риска».	сентябрь	обучающие ся «группы риска» отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель, Гурбанова Н.В., педагог-психолог
	3. Ведение тренерами-преподавателями учета посещаемости учебно-тренировочных занятий обучающимися «группы риска».	в течение учебного года	обучающие ся «группы риска» отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	4. Привлечение обучающихся «группы риска» к участию в спортивных соревнованиях, проводимых в рамках Всероссийской акции «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам».	в течение учебного года	обучающие ся «группы риска» отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель
	5. Привлечение детей к участию в: учебно-тренировочных занятиях, учебно-тренировочных сборах, спортивных соревнованиях, лично-командных	в течение учебного года	обучающие ся «группы риска» отделения баскетбола	Торопов Н.А., тренер-преподаватель

	<p>турнирах, открытых первенствах, спортивных праздниках, показательных выступлениях. Участие «трудных» подростков в физкультурно-оздоровительных мероприятиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Днях здоровья,</li> <li>Днях открытых дверей, экскурсиях, беседах,</li> <li>викторинах,</li> <li>флешмобах,</li> <li>военно-спортивных играх,</li> <li>спартакиадах,</li> <li>турслетах, сдаче норм (тестов) ГТО, судействе соревнований по имеющимся видам спорта.</li> </ul>			
	<p>б. Индивидуальные встречи и беседы тренеров-преподавателей, методистов, педагога-психолога с родителями (законными представителями). Оказание родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся педагогической помощи по мере необходимости</p>	<p>по мере необходимости</p>	<p>родители (законные представители) обучающихся «группы риска»</p>	<p>Торопов Н.А., тренер-преподаватель, Задорожная Н.Н., Фоминичева О.С., методисты, Гурбанова Н.В., педагог-психолог</p>

## **Антидопинговые мероприятия**

### **Методические рекомендации по антидопинговой пропаганде среди обучающихся**

Максимальной эффективностью при проведении профилактической работы среди обучающихся обладает процесс формирования знаний об антидопинговых правилах и внедрение этих правил в учебный процесс.

#### **Задачи антидопинговой пропаганды:**

- способствовать осознанию обучающимися актуальности проблемы допинга в спорте;
- способствовать проявлениям у обучающихся нравственных качеств «Фэйр Плэй», овладения знаниями и навыками противостояния применению допинга в повышении работоспособности, составления индивидуальной фармакологической карты обучающегося;
- обучить основам Всемирного антидопингового кодекса и соблюдению антидопинговых правил в процессе спортивной подготовки;
- обучить знаниям и сформировать навыки проведения спортивных мероприятий по пропаганде идеалов олимпийского движения, здорового образа жизни;
- обеспечить организацию систематического диспансерного обследования обучающихся.

Российская Федерация Баскетбола (РФБ) активно борется с допингом на всех уровнях. В области борьбы с применением запрещенных препаратов тесно сотрудничает с РУСАДА и ВАДА.

Допингом в спорте признается нарушение одного или нескольких Правил. Наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой из организма спортсмена.

Персональной обязанностью каждого спортсмена является недопущение попадания запрещенной субстанции в его организм. Спортсмены несут ответственность за любую запрещенную субстанцию, или ее метаболиты, или маркеры, обнаруженные во взятых у них пробах.

Тестирование несовершеннолетних проводится на общих основаниях, установленных Международным стандартом по тестированию и расследованиям. Согласие родителей и законных представителей несовершеннолетнего на допинг контроль считается полученным в силу их согласия на участие несовершеннолетнего в спорте. В соответствии с законодательством Российской Федерации в области физической культуры и спорта к числу обязанностей спортивной школы, относится реализация мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним.

Комплекс мер, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбе с ним, включает следующие мероприятия:

- ежегодное проведение с лицами, проходящими обучение на занятиях, на которых до них доводятся сведения о воздействии и последствиях допинга в спорте на здоровье спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил;



- установление постоянного взаимодействия тренера-преподавателя с родителями несовершеннолетних обучающихся и проведение разъяснительной работы о вреде применения допинга.

### **Инструкторская и судейская практика.**

Приобретение навыков судейства и самостоятельной практики проведения занятий, является обязательным для всех групп подготовки. Проводится с целью получения обучающимися звания инструктора по спорту и судьи по баскетболу и последующего привлечения их к тренерской и судейской работе, а также имеет большое воспитательное значение – у обучающихся воспитывается потребность к наставничеству, сознательное отношение к тренировочному процессу и уважение к решению судей.

Навыки организации и проведения занятий и соревнований приобретаются на всем протяжении многолетней подготовки в процессе теоретических занятий и практической работы в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства.

План инструкторской и судейской практики включается в индивидуальный план подготовки баскетболистов с указанием:

- количества часов инструкторской и (или) судейской практики;
- мероприятий, на которых будет проводиться практика (тренировочные занятия или спортивные соревнования).

В течение всего периода обучения тренер-преподаватель готовит себе помощников, привлекая к организации учебно-тренировочных занятий и проведению соревнований. Инструкторская и судейская практика приобретается на занятиях и вне занятий. Все обучающиеся должны освоить некоторые навыки учебной работы и навыки судейства соревнований.

#### **По учебной работе следующие навыки и умения:**

- построить группу и подать основные команды на месте и в движении;
- провести разминку в группе;
- определить и исправить ошибки в выполнении приемов у партнёра по команде;
- провести подготовку команды своей или младшей по возрасту группы к соревнованиям;
- руководить командой на соревнованиях.

#### **Навыки судейства:**

- участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером-преподавателем.

#### **Необходимые знания:**

1. Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение.
2. Положение о проведении соревнований по баскетболу на первенства города.
3. Правила соревнований по баскетболу.
4. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований. Судейство игр, жесты судей, фолы, площадка, разметка, игровая форма,

система проведения игр. Основные положения правил игры по мини-баскетболу, правил по баскетболу.

### Основные направления профориентационной работы

Основные направления профориентационной работы в Программе отражают: формирование общих представлений о современных профессиях, развитие компетентностей, потребность в творчестве, работу в коллективе, социальную полезность, профессиональное самоопределение, формирование базовых трудовых навыков, знакомство с содержанием профессий, выявление профессиональных предпочтений, участие в волонтерском движении.

### Основные направления профориентационной работы

№	Разделы работы	Направленность	Мероприятия
1	Формирование общих представлений о современных профессиях	Развитие компетентностей: потребность в творчестве, работа в коллективе, социальная полезность	Информационно-образовательные: игровые, тренинговые занятия, творческие конкурсы, проекты, тематические занятия, классные часы, экскурсии, встречи с представителями разных профессий
2	Профессиональное самоопределение	Формирование базовых трудовых навыков	Анкетирование, профессиональные пробы и консультации, тестирование, практико-ориентированные проекты (занятость в качестве судьи, тренера-преподавателя, педагога дополнительного образования, журналиста т.д.)
3	Знакомство с содержанием профессий	Выявление профессиональных предпочтений	Определение сферы профессиональной деятельности, профессии, или варианта дальнейшего обучения
4	Сопровождение профессионального выбора обучающихся		