

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение лицей № 7

г. Томска

СОГЛАСОВАНО

на заседании научно-
методического совета
протокол № 8

«27» ____ 06 ____ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального
автономного общеобразовательного
учреждения лицея №7

Е. А. Горбачева

«27» ____ 06 ____ 2022 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Баскетбол»
для 6 - 8 класс
Количество часов 34**

Разработана Малыховым
Владиславом Олеговичем,
учителем физической
культуры 1 категории

2022 - 2023

учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Среди большого многообразия средств физического воспитания играм принадлежит особое место. Их значение выходит далеко за рамки тех представлений, с которыми мы обычно подходим к оценке средств физического воспитания.

Появление и использование игр в воспитательных целях относится к самым ранним этапам становления человеческого общества. Игры выступают как средство передачи опыта и подготовки к жизни.

В современной жизни все больше использование занятий физическими упражнениями направлено не на достижение высоких результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы населения. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными средствами являются, прежде всего, спортивные игры.

Актуальность данной работы подтверждается тем, что баскетбол является одним из средств физического развития и воспитания молодежи.

Баскетбол - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Целью программы, является совершенствование знаний, умений и навыков, приобретённых в процессе освоения обязательного курса физической культуры.

Основные задачи программы:

Образовательные:

- 1) дать углубленное представление об избранном виде спорта;
- 2) формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в баскетбол;
- 3) освоение знаний о физической культуре и спорте в целом и, об игре в баскетбол в частности, истории баскетбола и его современном развитии.

Развивающие:

- 1) дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- 2) обучение навыкам, умениям, техническим действиям игры в баскетбол, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

Воспитательные:

- 1) формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья;
- 2) подготовка учащихся к участию в городских соревнованиях;
- 3) приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время.

Рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 01.05.2017, с изм. от 05.07.2017);

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. №373 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в редакции приказов от 29 декабря 2014 г. №1643, от 18.05.2015г. №507, от 31.12.2015 N 1576)

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;

4. СанПиН СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях", утвержденные постановлением *главного государственного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020.*

Данная рабочая программа по баскетболу для 6–8 классов, составлена на основе рабочей программы основного общего образования (В. И. Лях) и в соответствии с Комплексной программой физического воспитания учащихся 1–11 классов (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2012г.)

В соответствии с планом внеурочной деятельности МАОУ лицея №7 г. Томска на занятия баскетболом отводится отводиться 34 часа в год, - 1 часа в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 1 год.

Занятия проходят в большом спортивном зале.

РАЗДЕЛ 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА.

В соответствии с требованиями к результатам освоения программы внеурочной деятельности данная примерная программа по баскетболу для 6–8 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: знать и уметь выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревнованиях по баскетболу;
- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.
 - знание истории игры баскетбол;
 - усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
 - воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
 - формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
 - формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
 - формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения внеурочной деятельности. Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры.

Метапредметные результаты

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА.

(34 ч)

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической и технической.

Теоретические сведения (2 часа).

Соблюдение санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий спортивная, шорты, футболка.

Общие основы спортивных игр ПП и ТБ, Правила игры (5 мин. каждого часа):

- гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях;
- безопасности на спортивных играх;
- необходимость разминки в занятиях спортом;
- правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях спортивных игр;
- правила игры мини-баскетбола, пионербола.

Общая физическая подготовка (10 часов).

1. Ходьба на месте с палкой на плече, высоко поднимая колени, в течение 20—30 сек.
2. И. п. — палку вниз. 1—2 — прогнуться, палку вверх; 3—4— расслабляя мышцы плечевого пояса и рук, палку вниз. Повторить 4—6 раз в медленном темпе.
3. И. п. — стойка ноги врозь, палку вниз. 1—2 — палку вперед с поворотом туловища направо; 3—4 — и. п. То же в другую сторону. Повторить по 4—6 раз в среднем темпе.
4. И. п. — палку на лопатки. 1 — присед, палку вперед; 2 — и. п.
5. И. п. — вис лежа на перекладине. Подтягивание на руках.
6. Ходьба на месте с палкой на плече в медленном темпе в течение 15—20 сек.
7. И. п. — лежа на спине захватить руками ножки стула, палку зажать между ступнями. Сгибание и разгибание в тазобедренных суставах.
8. И. п. — упор стоя согнувшись, мышцы плечевого пояса и рук расслаблены. 8—10 пружинящих покачиваний туловищем вниз и вверх в среднем темпе.
9. И. п. — основная стойка. 1—упор присев; 2 — упор лежа; 3 — упор присев. 4 — и. п.
10. Ходьба на месте в медленном темпе в течение 15—20 сек.
11. И. п. — стать правым боком к стулу. 1 — захватить с боков стул за сиденье и поднять его над головой; 2 — опустить стул слева.
12. И. п. — упор лежа. 1 — согнуть руки; 2 — выпрямить руки.
13. И. п. — сидя, палку вверх. 1—2 — два пружинящих наклона расслабленным туловищем, палку к ногам; 3—4 — и. п. Повторить 4—6 раз в среднем темпе.
14. И. п. — лежа на животе, захватить руками ножки стула. 1 — прогнуться, отвести левую ногу назад, правой рукой попытаться коснуться спинки стула возможно выше; 2 — и. п. То же другой ногой и рукой.
15. И. п. — упор сидя на краю стула, туловище расслабить. 1—2 — сгибая руки, два пружинящих приседа; 3—4 — и. п. Повторить 4—6 раз.
16. И. п. — сидя ноги врозь, палку вперед. 1 — перехватив Палку левой за конец, палку вверх с наклоном вправо. 2—и. п. То же влево. Т. М.
17. И. п. — палку вниз. 1 — перемах согнутой ногой через палку; 2 — перемах обратно.
18. Легкий бег на месте (3—5 мин.) с переходом на ходьбу (1—3 мин.).
И. п. — основная стойка с опорой сбоку правой рукой. 6—8 махов расслабленной левой ногой вперед и назад. То же правой ногой, держась левой рукой за опору.

Развитие скоростно-силовой подготовки:

Бег по 30,60,100м с повторениями по 3–6 раз, с короткими промежутками отдыха.

Развитие скоростно-силовой выносливости:

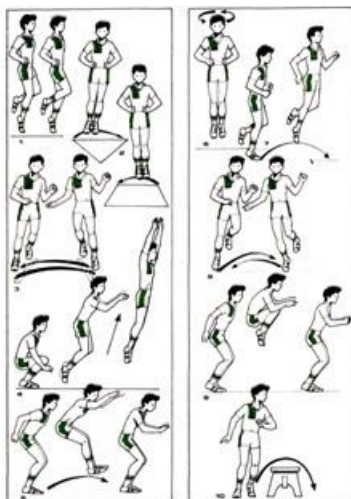
Круговая тренировка с использованием, скакалок, мячей, обручей, сопротивление партнера, а также выполнения упражнений на пресс, сгибание разгибание рук в упоре лежа, выпрыгивания вверх, вперед, «перекаты с руки на руку».

Упражнения в беге. (рис. 38)



1. Бег змейкой, обегая стойки или различные предметы.
2. Бег с произвольным ускорением 3—5 м.
3. Бег, «выбрасывая» прямые ноги вперед.
4. Бег, «отбрасывая» прямые ноги назад.
5. Бег с высоким подниманием бедра.
6. Бег с захлестывающим движением голени назад.
7. Бег спиной вперед.
8. Передвижение приставными шагами боком (правым, левым).
9. Передвижение приставными шагами в стойке теннисиста попеременно правым и левым боком (через два шага, через один шаг).
10. Передвижение приставными шагами в стойке теннисиста лицом вперед с одновременным перемещением вправо-влево.
11. То же самое, но спиной вперед.
12. Передвижение боком (правым, левым) скрестными шагами («лезгинка»): например, при передвижении правым боком левую ногу ставьте попеременно скрестно то спереди, то сзади правой. Правая нога только переставляется вправо.

Прыжковые упражнения. (рис.39)



ноге со сменой ног.

ногах по треугольнику

3. Прыжки в сторону с одной ноги на другую на месте через начерченные на полу линии

4. Выпрыгивание из приседа (полуприседа) вверх.

5. Выпрыгивание из приседа (полуприседа) вперед.

6. Руки на поясе, прыжки на обеих ногах с поворотом на 180° (360°).

7. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед.

8. Прыжки на одной ноге вправо-влево.

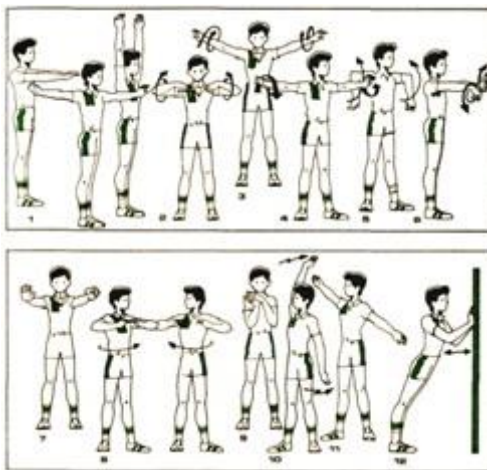
9. Прыжки на обеих ногах, подтягивая колени к груди («кенгуру»).

10. Прыжки обеими ногами через скамейку.

1. Руки на поясе, подскоки на одной

2. Руки на поясе, прыжки на обеих или квадрату.

Упражнения для мышц рук. (рис. 40)



1. Стоя в основной стойке — руки вперед, в стороны, вверх.

2. Руки к плечам — круговые вращения руками.

3. Круговые вращения прямыми руками — 4 раза вперед, 4 раза назад, постепенно увеличивая амплитуду.

4. Круговые вращения прямыми руками в разные стороны: правой вперед, левой назад и наоборот.

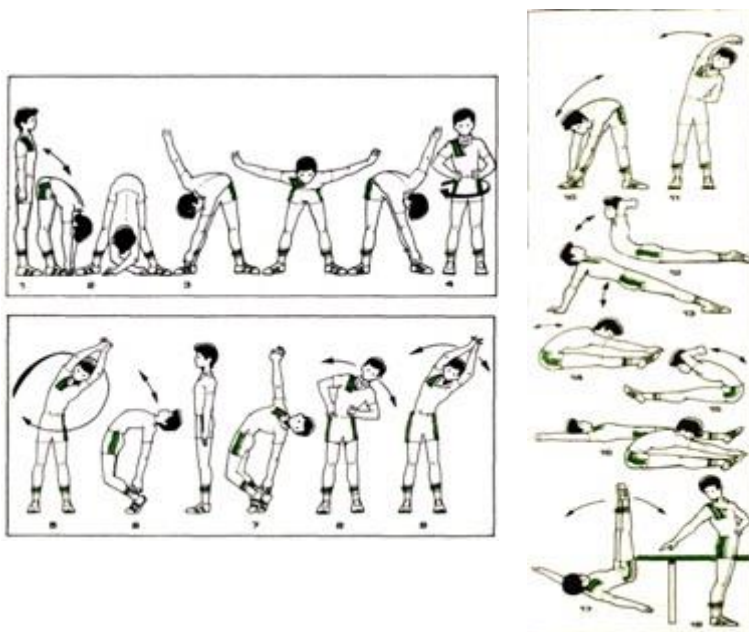
5. Круговые вращения предплечьем внутрь и наружу из положения руки в стороны.

6. Круговые вращения кистями, сжатыми в кулак, в одну и другую сторону, обеими кистями одновременно и попеременно из положения руки в стороны или вперед.

7. Сжимание и разжимание кистей в кулак из положения руки вперед.

8. Стойка ноги врозь, рывки согнутыми в локтях руками перед грудью с поворотом туловища.
9. Сцепить кисти «в замок» — разминание.
10. Правая рука вверх, левая внизу — рывки руками назад.
11. Правая рука вверх, левая внизу — рывками рук назад и в стороны постепенное (на 8 счетов) изменение положения рук: левая вверх, правая внизу.
12. Стоя лицом к стене — отталкивание обеими руками от стены, постепенно увеличивая расстояние до нее.
13. Упор лежа — отжимание от гимнастической скамейки или от пола, отжимание ноги на гимнастической скамейке.
14. Подтягивание на перекладине хватом сверху или снизу.

Упражнения для мышц туловища. (рис. 41)



1. Ноги на ширине плеч — наклоны, доставая руками пол.
2. Ноги шире плеч — наклоны, доставая пол локтями.
3. Ноги на ширине плеч, наклонившись, руки в стороны — повороты туловища, доставая руками носки ног.
4. Ноги на ширине плеч, руки на поясе — круговые движения тазом.
5. То же, ноги на ширине плеч, руки «в замок» над головой - - вращение туловищем, стараясь описать руками большой круг.
6. Наклон назад прогнувшись, доставая руками пятки.
7. Наклон назад прогнувшись, доставая поочередно правой рукой левую пятку и наоборот.
8. Ноги на ширине плеч, руки на поясе — три пружинистых наклона в одну и в другую сторону.
9. То же, что и упражнение, но руки сцеплены сверху над головой.
10. То же, что и упражнение, но с двумя приставными шагами в каждую сторону и доставанием сцепленными руками пола.
11. Ноги на ширине плеч, одна рука вверх, другая внизу — на каждый счет наклоны в стороны с захлестывающим движением руками за спину.
12. Лежа на животе, руки за головой — прогибание назад.
13. Упор сзади — разгибать и сгибать руки, прогибая туловище.

14. Из положения лежа на спине, руки вдоль туловища — наклоны к прямым ногам с возвращением в исходное положение.

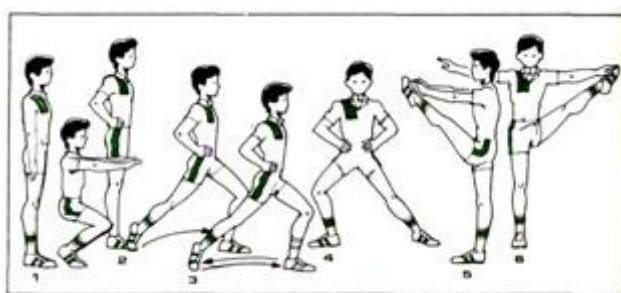
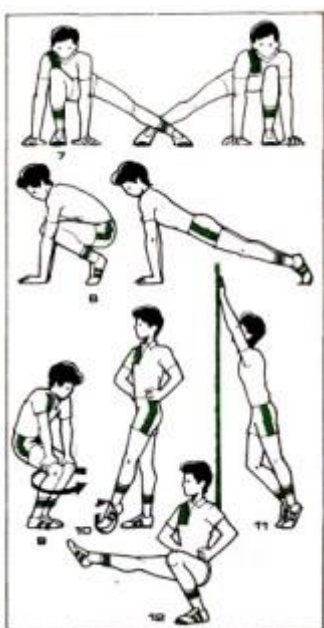
15. То же, но руки за головой.

16. То же, но руки вверху.

17. Лежа на спине, руки в стороны — поднимать прямые ноги вверх и опускать поочередно в левую и правую сторону.

18. Ноги на ширине плеч, стоя спиной в 30—50 см от стола — не отрывая ног от пола, доставать рукой дальний угол стола.

Упражнения для мышц ног. (рис. 42)



1. Приседания с выносом рук вперед, пятки от пола не отрывать.

2. Руки на поясе — выпад правой ногой, три пружинистых покачивания. То же, выпад левой ногой.

3. То же, но смена ног прыжком.

4. То же, но выпад ногой в сторону.

5. Руки выставлены вперед — поочередные махи ногами вперед, доставая носками руки.

6. Руки в стороны — поочередные махи ногами в стороны, доставая носками руки.

7. Упор присев, правая нога в сторону — не отрывая рук от пола, прыжком смена ног.

8. Прыжком смена положения — упор присев, упор лежа.

9. Чуть согнуть ноги в коленях, руки положить на колени — круговые вращения в коленных суставах.

10. Руки на поясе, нога на носке — круговые вращения в голеностопном суставе.

11. Отступив на 60—80 см от стены и упираясь руками в нее — поднимание на носках.

12. Руки на поясе — из глубокого приседа поочередное «выбрасывание» прямых ног вперед — танец вприсядку.

Специальная физическая подготовка (10 часов).

Всевозможные прыжковые упражнения с места с разбега, касание щита рукой; Прыжки на одной на другой на скорость; Прыжки с преодолением сопротивления специального инвентаря (резины).

Технико-тактическая подготовка (10 часов).

Освоение умений в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом и бегом). Остановка прыжком, остановка «два шага» после ведения мяча.

Освоение техники приема и передач мяча

Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. Передача мяча над собой, во встречных колоннах.

Освоение тактики игры:

Действие и перемещение игроков в защите и в нападении.

Соревновательная подготовка (2 часа).

Учет контрольных нормативов.

В результате освоения обязательного минимума содержания внеурочной программы «Баскетбол» занимающиеся должны иметь представление:

- о соблюдении санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий спортивная, шорты, футболка.
 - о необходимость разминки в занятиях спортом;
 - о правилах техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях спортивных игр;
 - о правилах игры мини-баскетбола, пионербола.
 - уметь:
 - строевые упражнения (налево, направо, кругом, перестроения в колоннах)
 - выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в гандбол, баскетбол и волейбол;
 - демонстрировать уровень физической подготовленности
- Сдать контрольные нормативы (см. табл. № 1).

(Таблица № 1)

Передачи и броски мяча

№ п/п	Контрольные упражнения	Класс		
		6	7	8
1.	5 бросков (попаданий 2 метра от кольца)	2	3	4
2.	10 бросков по кольцу после ведения с остановкой «прыжком» (попаданий)	3	4	5

Тематическое планирование занятий по баскетболу.

№ урока	Тема урока	Планируемые результаты		
		Предметные	Метапредметные	Личностные
1	Вводный инструктаж по Т.Б. и П.П. на занятиях «баскетбол».	Иметь понятие о «баскетболе», и о его роли в современном обществе. Знать правила ТБ на занятиях «баскетболом» Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	Владеть умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений и активно их использовать в повседневной жизни.	Владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену.
2	Обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения, развитие скоростных способностей.	Овладеет основными приемами различных подвижных игр. Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Осуществляют выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Признание ценности здоровья, своего и других людей; потребность в самовыражении и самореализации.
3	Обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения, развитие скоростных способностей.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приёмов и действий.		
4	Обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения, развитие скоростных способностей.	Соблюдать правила		
5	Стойка и передвижение игрока. Разминка в движении; технические действия в игре.	Овладеет основными приемами различных передач баскетбольного мяча. Уметь: передавать мяч на месте и в движении.	Осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Признание ценности здоровья, своего и других людей; потребность в самовыражении и самореализации.
6	Стойка и передвижение игрока.	Взаимодействовать со сверстниками в		
7	Разминка в движении; технические Стойка и передвижение игрока.			
8	Разминка в движении; технические действия. Стойка и передвижение игрока.			

	Разминка в движении; технические действия.	процессе совместного освоения игровых приёмов и действий. Соблюдать правила безопасности.		
9	Стойка и передвижение игрока. Разминка в движении; технические действия.			
10	Стойка и передвижение игрока. Разминка в движении; технические действия			
11	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.	Овладесть основными приемами различных передач баскетбольного мяча. Уметь: передавать мяч на месте и в движении. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приёмов и действий. Соблюдать правила безопасности .	Осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Признание ценности здоровья, своего и других людей; потребность в самовыражении и самореализации.
12	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.			
13	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.			
14	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.			
15	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком.			
16	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком.			
17	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком.			
18	Ведение мяча с изменением направления движения.			
19	Ведение мяча с изменением направления движения.			
20	Ведение мяча с изменением направления движения.			
21	Ведение мяча с изменением направления движения.			
22	Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.	Овладесть основными приемами ведения и передачи мяча. Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, бросками. Взаимодействовать со сверстниками в	Осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Признание ценности здоровья, своего и других людей; потребность в самовыражении и самореализации.
23	Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.			
24	Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.			
25	Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.			
26	Передача мяча одной рукой от плеча.			

27	Передача мяча одной рукой от плеча.	процессе совместного освоения игровых приёмов и действий. Соблюдать правила		
28	Техника выполнения.			
29	Техника выполнения.			
30	Повторение и закрепление ведения, передачи мяча.	Овладеть основными элементами техники спортивных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приёмов и действий. Соблюдать правила безопасности Уметь: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение.	Осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Признание ценности здоровья, своего и других людей; потребность в самовыражении и и самореализации.
31	Учет знаний по техническим приемам в баскетболе.			
32	Учет знаний по техническим приемам в баскетболе.			
33	Учет знаний по техническим приемам в баскетболе.			
34	Учет знаний по техническим приемам в баскетболе.			

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Луничкин В., Чернов С., Чернышев С. Тактика позиционного нападения против личной защиты. Метод.пособие для тренеров ДЮСШ. Москва, 2002.
2. Методическое руководство для судей-секретарей по баскетболу. Москва, 2009.
3. Сидякин А.И., Гомельский Е.Я. Техника исполнения броска в прыжке. Методические рекомендации для детских тренеров по баскетболу. Москва, 2010.
4. Соколовский Б.И., Костикова Л.В. Словарь баскетбольных терминов на английском и русском языках. Москва, РФБ, 2012.
5. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся – М.: Просвещение, 2012. – 128с.

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Условные обозначения: Д- демонстрационный экземпляр (1 экз.);

К- комплект (из расчета на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса);

Г- комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимо е количество	Примечание
		Основная школа	
1	2	3	4
1 Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)			
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерные программы по учебным предметам Физическая культура 1-4 классы	Д	
1.3	Рабочие программы по физической культуре	Д	
1.4	Учебники и пособия, которые входят в предметную линию учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха	К	Учебники, рекомендованные Министерством образования и науки РФ, входят в библиотечный фонд
1.5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2 Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование			
2.1	Стенка гимнастическая	Г	
2.2	Бревно гимнастическое высокое	Г	
2.3	Козёл гимнастический	Г	
2.4	Конь гимнастический	Г	
2.5	Перекладина гимнастическая	Г	
2.6	Канат для лазанья с механизмом крепления	Г	
2.7	Мост гимнастический подкидной	Г	
2.8	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г	
2.9	Комплект навесного оборудования	Г	В комплект входят перекладина, брусья, мишени для метания

2.10	Маты гимнастические	Г	
2.11	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	Г	
2.13	Скакалка гимнастическая	К	
2.14	Палка гимнастическая	К	
2.15	Обруч гимнастический	К	
<i>Лёгкая атлетика</i>			
2.16	Планка для прыжков в высоту	Д	
2.17	Стойка для прыжков в высоту	Д	
2.18	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	
2.19	Рулетка измерительная (10 м)	Д	
2.20	Номера нагрудные	Г	
2.21	Мячи для метания	Г	
<i>Подвижные и спортивные игры</i>			
2.22	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	
2.23	Мячи баскетбольные	Г	
2.24	Сетка волейбольная	Д	
2.25	Мячи волейбольные	Г	
2.26	Ворота для мини-футбола	Д	
2.27	Мячи волейбольные	Г	
2.28	Биты для русской лапты	Г	
2.29	Мячи теннисные	Г	
<i>Средства первой помощи</i>			
	Аптечка медицинская	Д	
<i>Дополнительный инвентарь</i>			
	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	Д	Доска передвижная
3 Спортивные залы (кабинеты)			
3.1	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек, душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек
3.2.	Спортивный зал хореографии		Зеркала, шведская стенка, навесные турники
3.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи
4 Пришкольный стадион (площадка)			
4.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
4.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
4.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
4.4	Площадка игровая баскетбольная	Д	
4.5	Площадка игровая волейбольная	Д	
4.6	Спортивный городок	Д	Турники, рукоход, шведская стенки

