

**Министерство общего и профессионального образования
Свердловской области**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Школа №3»
Камышловского городского округа**

Рассмотрена на
заседании педагогического совета
от " 26" августа 2021 г.
протокол № 63

УТВЕРЖДЕНА
директором МАОУ «Школа № 3»
от «26» августа 2021 г. приказ № 88

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Физкультурно – оздоровительной направленности
«Баскетбол»**

**Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации программы: 1 год**

**Разработчик: Гладких Светлана Александровна,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории**

г. Камышлов, 2021 год

Пояснительная записка к рабочей программе по баскетболу в рамках ФГОС

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- Письмо МО и РТ от 18.08.2010 г №6871/10 «О введении ФГОС ООО»
- «Стандарты второго поколения: Рекомендации по организации внеурочной деятельности учащихся».
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от «17» декабря 2010 г.
- Закона Российской Федерации «Об образовании» (29.12.12г. № 273-ФЗ)
- Пособия по дополнительному образованию учащихся «Баскетбол» авторы: В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий М.: Просвещение, 2013 г

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях.

Для занимающихся по программе предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

Программа по спортивно-оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья школьников, в основу которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Программа носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей:**

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- пропаганда здорового образа жизни;
- Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:
 - а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),
 - б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений

2. Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
 - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
 - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
 - применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Место программы в образовательном процессе.

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

Цели и задачи

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Основными задачами программы являются:

- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

- Привитие ученикам организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки;
- Подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу;

Содержание программы

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

Содержание данной программы рассчитано на 2 занятия в неделю продолжительностью занятия 45 минут.

Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне ее.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу.

Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Таблица 1

Учебный план секционных занятий по баскетболу

№	Виды спортивной подготовки	Количество часов
1.	Теоретическая	3
2.	Техническая	23
	2.1 Имитация упражнений без мяча	
	2.2 Ловля и передача мяча	
	2.3.Ведение мяча	

	2.4. Броски мяча	
3.	Тактическая	20
	3.1 Действия игрока в нападении	
	3.2 Действия игрока в защите	
4.	Физическая	18
	4.1 Общая подготовка	
	4.2 Специальная	
5.	Участие в соревнованиях по баскетболу	
6.	Тестирование	4
7.	Итого	68

Содержательное обеспечение разделов программы

Теоретическая подготовка

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым – левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг после ускорения. Остановка в два шага после ускорения. Повороты на месте. Повороты в движении. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча. Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении. Ловля мяча после отскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча. На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча. Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину с места. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. В прыжке одной рукой с места. Штрафной. Двумя руками снизу в движении. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. В прыжке со средней дистанции. В прыжке с дальней дистанции. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

Защитные действия при опеке игрока без мяча, с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите, в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Методы и формы обучения

Словесные методы:

объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы:

показ упражнений, наглядные пособия, видеофильмов.

Практические методы:

Метод упражнений; игровой; соревновательный, круговой тренировки.

Формы обучения:

Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Материально-техническое обеспечение

1. Щиты с кольцами
2. Стойки (конусы) для обводки
3. Гимнастическая стенка
4. Гимнастическая скамейка
5. Скакалки
6. Гимнастические маты
7. Мячи баскетбольные
8. Гантели различной массы
9. Насос ручной со штурцером.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ:

№ п/п	Тема урока	часы	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	<p>История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола</p> <p>Инструктаж по ТБ.</p> <p>Стойка игрока. Ведение мяча правой и левой рукой на месте.</p>	1	https://myschool.edu.ru/
2	<p>Стойка игрока. Перемещение в стойке боком,лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра</p>	1	https://myschool.edu.ru/
3	<p>Стойка игрока. Перемещение в стойке боком,лицом.Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра</p>	1	https://myschool.edu.ru/
4	<p>Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, Лицом.Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и</p>	1	https://myschool.edu.ru/

	передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра		
5	Перемещение в стойке боком, Спиной вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
6	Перемещение в стойке боком,спиной вперед.Ведение мяча правой и левой рукой в движении.Ловля и передача мяча в парах в движении.Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
7	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
8	Остановка двумя шагами и прыжком.Ведение мяча с разной высоты отскока.Ловля и передача мячав парах,тройка на месте и в	1	https://myschool.edu.ru/

	<p>движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении.</p> <p>Учебная игра</p>		
9	<p>Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении.</p> <p>Учебная игра</p>	1	https://myschool.edu.ru/
10	<p>Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении.</p> <p>Учебная игра</p>	1	https://myschool.edu.ru/
11	<p>Правила игры в баскетбол</p> <p>Учебная игра</p>	1	https://myschool.edu.ru/
12	<p>Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5;0) без смены мест</p> <p>Учебная игра</p>	1	https://myschool.edu.ru/

13	Тактика свободного нападения.Позиционное нападение (5;0)без смены мест Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
14	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5;0)без смены мест.Нападение через заслон Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
15	Тактика свободного нападения.Позиционное нападение (5;0)без смены мест.Нападение через заслон Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
16	Тактика свободного нападения.Позиционное нападение (5:0)без смены мест.Нападение через заслон Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
17	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях	1	https://myschool.edu.ru/
18	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях	1	https://myschool.edu.ru/
19	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях	1	https://myschool.edu.ru/
20	Совершенствование тактических и	1	https://myschool.edu.ru/

	технических приемов в соревнованиях		
21	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях	1	https://myschool.edu.ru/
22	Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
23	Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
24	Пробегание отрезков 40,60,100,200 м. кросс 1000 м. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
25	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40,60 м. кросс 1000 м. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
26	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/

27	Остановка двумя шагами и прыжком.Ведение мяча с разной высотой отскока.Передача мяча одной рукой от плеча,двумя руками от груди,с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
28	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока.Передача мяча одной рукой от плеча,двумя руками от груди,с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
29	Остановка двумя шагами и прыжком.Ведение мяча с разной высотой отскока.Передача мяча одной рукой от плеча,двумя руками от груди,с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
30	Остановка двумя шагами и прыжком.Ведение мяча с разной высотой отскока.Передача мяча одной рукой от плеча,двумя руками от груди,с отскоком от пола в парах на	1	https://myschool.edu.ru/

	месте. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра		
31	Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
32	Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках.	1	https://myschool.edu.ru/
33	Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках.	1	https://myschool.edu.ru/
34	Бросок мяча после ведения в два шага. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
35	Бросок мяча после ведения в два шага. Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
36	Развитие скоростных, силовых, координационных способностей, выносливости средствами игры баскетбол	1	https://myschool.edu.ru/
37	Совершенствование техники ведения мяча и во взаимодействии с партнером	1	https://myschool.edu.ru/

38	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении	1	https://myschool.edu.ru/
39	Развитие выносливости средствами игры баскетбол	1	https://myschool.edu.ru/
40	Тренировочные игры по баскетболу	1	https://myschool.edu.ru/
41	Техника судейства игры баскетбол	1	https://myschool.edu.ru/
42	Здоровый образ жизни как условие активной жизнедеятельности человека Основные направления и формы организации физической культуры в современном обществе	1	https://myschool.edu.ru/
43	Повороты с мячом на месте	1	https://myschool.edu.ru/
44	Повороты с мячом на месте	1	https://myschool.edu.ru/
45	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1	https://myschool.edu.ru/
46	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1	https://myschool.edu.ru/
47	Передача мяча одной рукой снизу	1	https://myschool.edu.ru/
48	Передача мяча одной рукой снизу	1	https://myschool.edu.ru/
49	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1	https://myschool.edu.ru/
50	Технические действия с мячом	1	https://myschool.edu.ru/
51	Согласование индивидуальных приемов игры в защите при групповых взаимодействиях нападающих	1	https://myschool.edu.ru/

52	Защитная стойка. Защита против заслонов	1	https://myschool.edu.ru/
53	Подбор мяча в защите при неудачном броске	1	https://myschool.edu.ru/
54	Выбивание мяча у нападающего во время ведения	1	https://myschool.edu.ru/
55	Защита при численном превосходстве нападающих	1	https://myschool.edu.ru/
56	Защита при численном превосходстве защитников	1	https://myschool.edu.ru/
57	Защита при численном превосходстве защитников	1	https://myschool.edu.ru/
58	Защита против первой передачи при быстром прорыве	1	https://myschool.edu.ru/
59	Личная защита с групповым отбором мяча	1	https://myschool.edu.ru/
60	Зонная защита в расстановке 3–2	1	https://myschool.edu.ru/
61	Зонная защита в расстановке 2–1–2	1	https://myschool.edu.ru/
62	Зонная защита в расстановке 2–2–1	1	https://myschool.edu.ru/
63	Зонная защита в расстановке 1–2–2	1	https://myschool.edu.ru/
64	Личная защита	1	https://myschool.edu.ru/
65	Защита против вбрасывающего игрока при введении мяча в игру из-за пределов площадки	1	https://myschool.edu.ru/
66	Защита против первой передачи при быстром прорыве	1	https://myschool.edu.ru/
67	Ведение мяча с изменением	1	https://myschool.edu.ru/

	направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра		
68	Прием контрольных нормативов по ОФП Учебная игра	1	https://myschool.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

Дополнительные обобщающие материалы

Литература для учителя:

Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост. А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.

Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.

Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. – М.: Советский спорт, 2007.

Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка

Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.

Мини – баскетбол в школе. Ю.Ф. Буйлин

Воспитание физических качеств (метод пособие) 2004 год.

Методика физического воспитания учащихся 10-11 классов 2005 год

Интернет – ресурсы

Сеть творческих учителей www.it-n.ru

<http://www.bibliotekar.ru> библиотека

<http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета

http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com Сеть

творческих учителей,

[http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура](http://www.openclass.ru/sub/Физическая_культура)

Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры.

<http://www.uchportal.ru> Учительский портал.

<http://ballplay.narod.ru> Персональный сайт

Скиндера Александра Васильевича. На сайте очень много полезной информации по методике подготовки баскетболистов.

<http://www.kes-basket.ru/> Школьная баскетбольная лига.

<http://g2p.tatarstan.ru/rus/info.php?id=6990> Информационный сайт

министерства Республики Татарстан, физкультура

Литература для учащихся:

Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! _ М.: Просвещение. 2004

Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов. М.: Просвещение, 2011

Виленский М.Я.; Туревский И.М.; Матвеев А.П. Физическая культура: 8-9 кл. – М.: Просвещение, 2011

Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2011

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603975227105553010453559242474517052229353894583

Владелец Третьякова Ирина Геннадьевна

Действителен с 05.06.2023 по 04.06.2024