
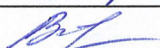

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)



Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
физкультурно-оздоровительной направленности  
«Баскетбол» (девушки)  
возраст обучающихся: 16-19 лет  
срок реализации: 1 год

	Должность	Фамилия И.О. / Подпись	Дата
Согласовал	Методист	Шалавина А.И. 	08.09.23
	Зам. директора по УВР	Цалый Н.В. 	08.09.23
Разработал	Педагог доп. образования	Видяев М.С. 	08.09.23

г. Кстово, 2023

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

### Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки) (далее Программа) является программой физкультурно-спортивной направленности. Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в физическом совершенствовании, формировании культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени обучающихся. Образовательная деятельность осуществляется на русском языке. Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом «О физической культуре и спорту в РФ», приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказом от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной методической деятельности в области физической культуры и спорта» (закон зарегистрирован Минюстом России 05.03.2014, регистрационный № 31522).


Баскетбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта, это объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и в тоже время использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга молодёжи;
- простотой правил игры, высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития, спортивная секция по баскетболу призвана сформировать у студентов устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической активности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании приобретенных знаний и навыков в организации здорового образа жизни.

В ходе изучения данной программы по баскетболу девушки приобретают знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре.

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 1 из 13
-----------	--	-----	--------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

Программа состоит из двух разделов: теоретического и практического. Теоретический раздел включает в себя объяснение правил игры, особенностей выполнения технических приемов.

Практический раздел программы предусматривает овладение техникой основных приёмов нападения и защиты, формирование навыков деятельности игрока совместно с партнёрами на основе взаимопонимания и согласования, приобретения навыков организации и проведения самостоятельных занятий по баскетболу, содействие общему физическому развитию и направленное совершенствование физических качеств применительно к данному виду спорта.

Программа рассчитана на изучение, закрепление, совершенствование полученных навыков и освоение более глубоких приёмов в течение года по следующим разделам:

1. Общие основы баскетбола.
2. Изучение и обучение основам техники баскетбола.
3. Изучение и обучение основам тактики игры.
4. Основы физической подготовки в баскетболе.
5. Воспитание физических качеств, занимающихся баскетболом.

### **Цель:**

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья студентов посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни.

### **Задачи:**


#### *1. Образовательные:*

- Познакомить студентов с интереснейшим видом спорта, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые студентами на уроках физкультуры.

#### *2. Развивающие:*

- Укреплять опорно-двигательный аппарат студентов;
- Способствовать разностороннему физическому развитию студентов, укреплять здоровье, закаливать организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества.

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 2 из 13
-----------	---	-----	--------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

- Расширение спортивного кругозора.

### 3. Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни.

### Сроки реализации программы - 1 год.

Программа рассчитана на девушек в возрасте от 16 до 19 лет.  
Занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа, 9 ч. в неделю.

### **Формы организации обучения:**

- командная, малыми группами, индивидуальная.

### **Формы проведения занятий:**

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

### **Ожидаемые результаты:**

К моменту завершения программы обучающиеся должны :

#### Знать

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол».
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.


#### Уметь

- Овладеть основными техническими приемами баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

#### Развить качества личности

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 3 из 13
-----------	---	-----	--------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта.

#### **Способы проверки образовательной программы:**

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных соревнованиях, праздниках, конкурсах разного уровня;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

#### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы:**

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры;
- соревнования разного уровня.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении года 2 раза (сентябрь, июнь).


#### Формы и способы фиксации результатов:

- журнал по секции

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая степень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 4 из 13
-----------	--	-----	--------------



	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

### Учебно-тематический план

№ занятия	Изучаемый раздел, тема учебного материала.	Кол-во часов
1	Инструктаж ТБ. Стойка и передвижение игрока.	3
2	Ловля мяча после отскока от пола с элементами жонглирования.	3
3	Тактика игры: индивидуальные действия	3
4	Ловля мяча на различной высоте.	3
5	Тактика игры: групповые действия	3
6	Разновидности ловли мяча после его подбрасывания над головой. Тестирование.	3
7	Ловля на месте мяча, посланного партнером.	3
8	Тактика игры: командные действия	3
9	Ловля на месте с разных дистанций и с различным усилием.	3
10	Ловля мяча, посланного партнером в стену из-за спины игрока.	3
11	Ловля преднамеренно неточных передач партнера с перемещением к мячу.	3
12	Выполнение ловли-передачи в движении двумя мячами в парах. Тестирование.	3
13	Выполнение ловли-передачи в тройках с перемещением вдоль площадки.	3
14	Выполнение ловли-передачи мяча в одном прыжке.	3
15	Передачи мяча в парах в течение определенного отрезка времени (24-30 с).	3
16	Передачи на месте несколькими мячами.	3
17	Передачи на месте в парах — двумя мячами.	3
18	Передачи двумя мячами в четверках со сменой мест. Тестирование.	3
19	Выполнение передач при параллельном движении партнеров вдоль площадки.	3
20	Передачи с продвижением вдоль площадки двумя мячами в парах.	3
21	Ведение мяча на месте.	3
22	«Маятник» — ведение с переводом мяча с руки на руку перед собой.	3
23	Ведение мяча ударами в стену с изменением исходного положения.	3
24	Поочередный перевод мяча с руки на руку, посылая мяч	3

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 5 из 13
-----------	--	-----	--------------



## МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

	между ногами.	
25	Ведение с переводом мяча с руки на руку вокруг одной или двух ног.	<b>3</b>
26	Ведение мяча с нестандартными способами передвижения. Тестирование.	<b>3</b>
27	Ведение мяча спиной вперед, прыжками на одной, двух ногах.	<b>3</b>
28	Ведение мяча в полуприседе или в полном приседе, назад или в стороны.	<b>3</b>
29	Ведение мяча при ходьбе в выпадах вперед или в сторону, семенящим бегом.	<b>3</b>
30	Ведение мяча бегом с высоким подниманием бедра, мяча захлестыванием голени.	<b>3</b>
31	Тактика игры в защите: индивидуальные действия.	<b>3</b>
32	Тактика игры в защите: групповые действия.	<b>3</b>
33	Тактика игры в защите: командные действия	<b>3</b>
34	Тактика игры в нападении: индивидуальные действия.	<b>3</b>
35	Тактика игры в нападении: групповые действия.	<b>3</b>
36	Тактика игры в нападении: командные действия. Тестирование.	<b>3</b>
37	Ведение мяча передвигаясь боком: по направлению движения.	<b>3</b>
38	Ведение мяча по разметке площадки.	<b>3</b>
39	Ведение мяча с изменением направления движения переводами мяча с руки на руку.	<b>3</b>
40	Ведение мяча перед условными защитниками	<b>3</b>
41	Ведение мяча по звуковым или зрительным сигналам.	<b>3</b>
42	Ведение мяча в движении с преодолением гимнастической скамейки.	<b>3</b>
43	Ведение мяча по скамейке, передвигаясь сбоку от нее в одном направлении.	<b>3</b>
44	Ведение мяча с пробеганием по скамейке.	<b>3</b>
45	Ведение с переводом мяча через скамейку и переступанием через нее.	<b>3</b>
46	Ведение мяча с поочередным переступанием через две или несколько скамеек.	<b>3</b>
47	Ведение мяча с преодолением легкоатлетических барьеров. Тестирование.	<b>3</b>
48	Ведение мяча с подлезанием под барьерами разной высоты.	<b>3</b>
49	Ведение мяча, перешагивая через барьеры.	<b>3</b>
50	Ведение мяча с поочередным подлезанием под и перешагиванием через барьеры.	<b>3</b>

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 6 из 13
-----------	--	-----	--------------



## МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

51	Ведение мяча с пролезанием через гимнастические обручи.	3
52	Ведение мяча в сочетании с выполнением акробатических элементов по ходу движения.	3
53	Ведение мяча с преодолением полосы препятствий.	3
54	Ведение двух мячей одновременно.	3
55	Степ» мячом: низкое ведение на месте с заданной частотой отскоков мяча.	3
56	Ведение мяча на месте с различными заданиями на координацию. Тестирование.	3
57	«Длинное» ведение мяча.	3
58	Ведение мяча «змейкой» между расставленными на площадке переносными стойками.	3
59	Ведение мяча по «восьмерке» между двумя полукругами области штрафного броска.	3
60	Ведение мяча с оббеганием фишек.	3
61	Скоростное «челночное» ведение мяча.	3
62	Броски мяча с прыжками через каждые 2—3 беговых шага. Тестирование.	3
63	Выполнение завершающей фазы броска мяча в движении после одного шага с места.	3
64	Многократные прыжки толчком одной ногой с имитацией броскового движения.	3
65	Индивидуальное выполнение разновидностей броска мяча в движении.	3
66	Индивидуальное выполнение разновидностей броска мяча в движении.	3
67	Выполнение броска с одноударным и многоударным ведением мяча.	3
68	Бросок в прыжке после ловли мяча в прыжке.	3
69	Передача мяча в дальнюю верхнюю часть щита с последующей ловлей мяча в прыжке.	3
70	Ловля мяча в прыжке после собственного набрасывания в щит.	3
71	Бросок мяча в прыжке в корзину.	3
72	Серийное добивание мяча в щит в одном прыжке.	3
73	Многократное добивание мяча в корзину из-под щита.	3
74	Овладеть мячом и добить его в корзину в одном прыжке.	3
75	Тактика игры в защите: индивидуальные действия. Тестирование.	3
76	Тактика игры в защите: групповые действия.	3
77	Тактика игры в защите: командные действия	3

Версия: 1

Дата печати  
Без подписи документ действителен 72 часа с момента  
распечатки.

КЭ:

стр. 7 из 13






## МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
спортивной секции «Баскетбол» (девушки)


78	Тактика игры в нападении: индивидуальные действия.	3
79	Тактика игры нападения: групповые действия.	3
80	Тактика игры нападения: командные действия	3
81	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	3
82	Заслоны.	3
83	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	3
84	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	3
85	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	3
86	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	3
87	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	3
88	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	3
89	Закрепление пройденного материала	3
90	Закрепление техники добивания мяча в корзину	3
91	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	3
92	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	3
93	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.	3
94	Техника передачи одной рукой с поворотом. Учебная игра.	3
95	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита. Броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Учебная игра.	3
96	Нападение через центрального игрока, входящего в область штрафного броска. Учебная игра.	3
97	Техника нападения «тройкой». Учебная игра.	3
98	Техника вбрасывания мяча из-за боковой линии. Заслоны. Учебная игра.	3
99	Технико-тактическая подготовка.	3
100	Техника быстрого прорыва, заслона центровым игроком. Учебно-игровые задания.	3
101	Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального. Учебно-игровые задания.	3
102	Техника отвлекающих действий на получение мяча с последующим проходом под щит, передачи через центрального игрока. Учебно-игровые задания.	3
103	Техника накрывания мяча при броске, наведение	3

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 8 из 13
-----------	--	-----	--------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

	защитника на центрального игрока. Учебно-игровые задания.	
104	Техника накрывания мяча при броске. Учебная игра.	<b>3</b>
105	Техника борьбы за мяч, отскочивший от щита. Учебная игра.	<b>3</b>
106	Техника передач на максимальной скорости. Штрафные броски. Учебная игра.	<b>3</b>
107	Техника ведения на максимальной скорости. Учебная игра.	<b>3</b>
108	Техника бросков с подбором и добиванием. Учебная игра.	<b>3</b>
109	Розыгрыш комбинаций в позиционном нападении, двухсторонняя игра.	<b>3</b>
110	Индивидуальные и групповые атакующие действия. Двухсторонняя игра.	<b>3</b>
111	Командные и тактические действия в нападении и защите. Двухсторонняя игра.	<b>3</b>
112	Индивидуальные и групповые атакующие и защитные действия. Двухсторонняя игра.	<b>3</b>
113	Двухсторонняя игра.	<b>3</b>
114	Действия защитников в численном меньшинстве двухсторонняя игра.	<b>3</b>
115	Тактика защиты. Зонная защита. Учебная игра.	<b>3</b>
116	Тактика защиты. Персональная защита. Учебная игра.	<b>3</b>
117	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	<b>3</b>
118	Совершенствование в технических приемах.	<b>3</b>
119	Подведение итогов. Индивидуальные задания на лето.	<b>3</b>


Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 9 из 13
-----------	--	-----	--------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

### Ожидаемые результаты

- получают теоретические сведения о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;
- улучшат общую физическую подготовку;
- освоят упражнения СФП;
- ознакомятся с азами технико-тактической подготовки;
- обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе;
- улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни;
- будут выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;
- будут выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу;
- научатся ловить мяч двумя руками на месте;
- научатся передавать мяч двумя руками: сверху, от плеча, от груди, снизу, с места, с отскоком;
- научатся вести мяч: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем;
- научатся выполнять ведение мяча: на месте, по прямой линии, по дугам;
- научатся выполнять броски в корзину двумя руками: от груди, с отскоком от щита, с места, под углом к щиту;
- научатся освобождаться для получения мяча;
- будут уметь противодействовать получению мяча, розыгрышу мяча, атаке корзины;
- будут уметь останавливаться двумя шагами;
- будут уметь ловить мяч двумя руками в движении;
- научатся передавать мяч двумя руками в движении;
- научатся передавать мяч одной рукой от головы, от плеча, с места;
- научатся вести мяч зигзагом, а так же без зрительного контроля;
- будут уметь в командных нападающих действиях разыгрывать мяч;
- научатся в защитных действиях подстраховывать партнера;
- в защитных действиях будут уметь противодействовать выходу соперника на свободное место;
- научатся выполнять броски в корзину двумя руками (ближние, средние, дальние);

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 10 из 13
-----------	--	-----	---------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

- научатся выполнять броски в корзину двумя руками: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту;
- будут уметь выполнять броски в корзину одной рукой с места;
- будут уметь выполнять штрафной бросок одной рукой от плеча, двумя руками от груди;

### **Обеспечение программы методической продукцией**

#### *1. Дидактические материалы:*

- Правила игры в баскетбол.
- Правила судейства в баскетболе.
- Положение о соревнованиях по баскетболу.


#### *2. Методические рекомендации:*

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по баскетболу.
- Инструкции по охране труда.

### **Материально-техническое обеспечение.**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого студента, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 11 из 13
-----------	--	-----	---------------

	МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
	Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

### Список литературы для педагогов:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973
7. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
8. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.
9. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.
10. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002г
11. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1981, 1985.

### Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения. М. АСТ. 2006г.
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.
6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999г.

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 12 из 13
-----------	--	-----	---------------





МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Кстовский нефтяной техникум имени Бориса Ивановича Корнилова»

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
спортивной секции «Баскетбол» (девушки)

### Календарный учебный график

Месяц	сентябрь			октябрь				ноябрь				декабрь				январь			февраль				
Неделя	11.09- 16.09	18.09- 23.09	25.09- 30.09	02.10- 07.10	09.10- 14.10	16.10- 21.10	23.10- 28.10	30.10- 04.11	06.11- 11.11	13.11- 18.11	20.11- 25.11	27.11- 02.12	04.12- 09.12	11.12- 16.12	18.12- 23.12	25.12- 30.12	09.01- 13.01	15.01- 20.01	22.01- 27.01	29.01- 03.02	05.02- 10.02	12.02- 17.02	19.02- 24.02
Кол-во часов	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	6	9	9	9	9	9	9

Месяц	март					апрель				май				июнь					Всего				
	неделя		часов		теория		практика		неделя		часов		теория		практика		неделя		часов		теория		практика
Неделя	26.02- 02.03	04.03- 09.03	11.03- 16.03	18.03- 23.03	25.03- 30.03	01.04- 06.04	08.04- 13.04	15.04- 20.04	22.04- 27.04	02.05- 04.05	06.05- 11.05	13.05- 18.05	20.05- 25.05	27.05- 01.06	03.06- 08.06	10.06- 15.06	17.06- 22.06	24.06- 29.06	41	357	6	351	
Кол-во часов	9	9	9	9	9	9	9	9	9	3	6	9	9	9	9	6	9	9					

Версия: 1	Дата печати Без подписи документ действителен 72 часа с момента распечатки.	КЭ:	стр. 13 из 13
-----------	--	-----	---------------