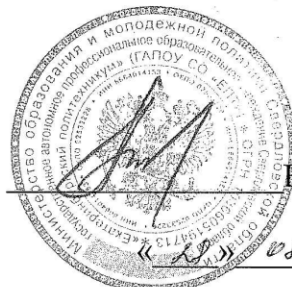




Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области  
**«ЕКАТЕРИНБУРГСКИЙ ПОЛИТЕХНИКУМ»**



Утверждаю:  
Директор  
Н.А. Алтунина

\_\_\_\_\_ 2020 г.

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

Екатеринбург 2020

## **Аннотация программы**

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности  
«Баскетбол (юноши)»

направлена на содействие гармоническому развитию, всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся: достижению стабильного уровня индивидуального мастерства и успешной реализации в условиях соревновательной деятельности, достижения спортивных показателей; подготовку волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих оптимальным уровнем командной игровой подготовки.

### **Учреждение - разработчик:**

государственное автономное образовательное учреждение среднего профессионального образования Свердловской области «Екатеринбургский политехникум »

*(название юридического/физического лица)*

### **Разработчики:**

1. Руководитель физического воспитания высшей квалификационной категории государственного бюджетного образовательного учреждения среднего профессионального образования Свердловской области «Екатеринбургский политехникум», Кулинич Михаил Геннадьевич

*(учёная степень звание, должность, место работы, Ф.И.О.)*

### **Правообладатель программы:**

государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования Свердловской области «Екатеринбургский политехникум», г.Екатеринбург, Короткий 1. Тел/факс 295-91-96.

*(название юридического/физического лица, юридический адрес/контактная информация)*

Дополнительная общеобразовательная программа рекомендована к использованию в учебно-воспитательном процессе методическим советом техникума.

Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## СОДЕЖАНИЕ

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол (юноши)»	4
Структура и содержание дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол (юноши)»	7
Условия реализации дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол (юноши)»	11
Организация самостоятельной работы и контрольно-оценочной деятельности дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол (юноши)»	14

**1. Паспорт** дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол (юноши)»

**1.1. Область применения программы:**

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» не являются частью профессиональных образовательных программ СПО. Разработана для организации внеурочной занятости обучающихся на основе свободного выбора и направлена на формирование здорового образа жизни обучающихся техникума; организацию внеурочной занятости, пропаганду игровых видов спорта, формирование сборной команды техникума по баскетболу и участие в соревнованиях различного уровня.

**1.2. Место физкультурно-спортивной секции в структуре учебно-воспитательного процесса:**

Данная программа относится к дополнительным общеобразовательным программам физкультурно-спортивной направленности. Программа реализуется в рамках внеурочной деятельности и направлена на формирование здорового образа жизни, пропаганду игровых видов спорта, формирование умения работать в коллективе, самостоятельно определять задачи личностного развития, брать на себя ответственность за действия членов команды, принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях.

**1.3. Цели и задачи программы**

**Цель:**

Организация внеурочной занятости обучающихся техникума.

Подготовка юных баскетболистов оптимального уровня, готовых к социально значимым видам деятельности.

Формирование сборной команды техникума для участия в соревнованиях, товарищеских турнирах по баскетболу.

**Задачи:**

1. Достижение стабильного уровня индивидуального мастерства и успешной реализации в условиях соревновательной деятельности. Достижение спортивных показателей.
2. Содействие гармоническому физическому развитию, всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся.
3. Подготовка волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих уровнем командной игровой подготовки и бойцовскими качествами спортсменов для участия в товарищеских играх и соревнованиях.

Учебные группы комплектуются отдельно по половому признаку. На протяжении всего периода обучения в техникуме обучающиеся могут обучаться в секции независимо от возраста, по личному желанию, по состоянию здоровья.

В результате освоения программы обучающийся:

на аудиторных занятиях изучают учебный материал по теории игры.

на практических занятиях обучающиеся овладевают умениями общей и специальной физической подготовки, техникой и тактикой игры в баскетбол. Особое внимание уделяется отработке взаимодействия в команде.

Самостоятельные занятия способствуют изучению учебного материала, а также предусматривают участие в соревнованиях.

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы обучающийся:

**должен знать и уметь:**

содержание спортивной игры «Баскетбол»;

технику элементов баскетбола, изучаемых в процессе учебных занятий, технику нападения, технику ведения мяча, технику перехватов, технику индивидуальных, групповых и командных действий в нападении и защите;

стойки и перемещения.

1 этап: предусматривает формирование интереса к спорту и приобщение их к баскетболу; начальное обучение технике и тактике, правилам игры; развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики баскетбола.

2 этап: посвящен тактико-тактической и физической подготовке, в этот период осуществляется освоение основ тактики и техники, воспитание соревновательных качеств применительно к баскетболу.

3 этап: направлен на технико-тактическую физическую, интегральную, в том числе игровую, соревновательную, вводятся элементы специализации по игровым функциям (разыгрывающий, центровой, нападающий), отрабатывается в учебно-тренировочных группах подготовки сборной командой (углубленные тренировки) к соревнованиям.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ:  
СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «БАСКЕТБОЛ (юноши)»**

**1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка, включая самостоятельную (внеаудиторную) работу</b>	<i>144</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>144</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>144</i>

## 2.2. Тематический план и содержание дополнительной общеобразовательной программы

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Теоретическая подготовка (на весь период обучения)</b>			
<b>Введение</b>	<b>Содержание</b>	8	2
	1. Роль физической культуры и спорта в обществе и формировании личности.		
	2. Социальное значение спорта		
	3. Сведения о строении и функций организма		
	4. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.		
	5. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль		
	6. Правила игры в баскетбол, мини-футбол, волейбол		
	7. Оборудование и инвентарь		
	8. Основные правила игры, разработанные Д. Нейсмитом. Распространение игры по странам мира. Характеристика баскетбола на современном уровне		
	9. Основы техники и тактики игры		
	10. Установка игрокам перед соревнованиями и разбор проведённых игр.		
	11. Организация и проведение соревнований.		
<b>Самостоятельная работа (внеаудиторная)</b>	4		
1. Баскетбол в Олимпийских играх.			
<b>1. Основные понятия техники и тактики игры. Классификация приемов</b>	<b>Содержание</b>	4	2
	1. Действия защитника против игрока без мяча и против игрока, владеющего мячом.		
<b>2. Схема записи упражнений</b>	<b>Практические работы:</b>	2	
	Действия игрока в процессе игры		
<b>2. Схема записи упражнений</b>	<b>Содержание</b>	4	2
	1. Запись упражнений схемой.		
	2. Пояснения к схемам		
<b>3. Общеразвивающие</b>	<b>Содержание</b>		



<b>Практическая работа</b>		
1.	<p>Общеразвивающие и специальные упражнения для развития физических качеств: ловкости, быстроты, силы, выносливости, скоростно-силовых качеств.</p> <p><u>Упражнения для развития общей, взрывной и скоростной силы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• броски и ловля набивного мяча (1 кг.)</li> <li>• в парах: ловля и бросок набивного мяча, имитация нападающего удара, блока</li> <li>• сгибание и разгибание рук в упоре о стену с толчком</li> <li>• сгибание и разгибание туловища с набивным мячом до 2 кг.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на одной ноге</li> <li>• прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием на возвышение</li> <li>• спрыгивание с высоты 40-50 см., с последующим прыжком, доставая подвешенный мяч</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в парах: «Перетяни за черту»</li> <li>• ускорение с набивным мячом не менее 3-6 м.</li> </ul> <p>ловля и броски набивного мяча (1 кг.) после перемещения лицом – спиной (2-3 м.)</p>	8
2.	<p><u>Упражнения для развития выносливости с использованием подвижных игр:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Белые медведи»</li> <li>• «Салки» прыжки в низком приседе – общая выносливость</li> <li>• Гонка с выбыванием</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• беговые упражнения на 15, 20, 30 м. с буксировкой груза (5-8 кг.)</li> <li>• медленный бег в сочетании с быстрой имитацией соревновательных действий (прессинг, и др.)</li> </ul> <p>упор присев – упор лёжа.</p>	
<b>Практические работы</b>		
	<p><u>Упражнения для развития ловкости:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• подбрасывание и ловля малого мяча лёжа на животе</li> <li>• ловля и передачи из положения сидя (расстояние 2-3 м.)</li> <li>• бросок мяча в стену, поворот на 360°, поймать отскочивший мяч.</li> </ul> <p><u>Упражнения для развития гибкости</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• стоя на коленях, выполнить обратную передачу на расстоянии 3-4 м.</li> </ul>	6

	<p>партнёру</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• стойка на одной ноге, опираясь другой на гимнастическую стенку.</li> <li>• Отклонение туловища назад до горизонтального положения и пружинистые наклоны к поднятой ноге с постепенным увеличением амплитуды и сменой положения</li> </ul>		
<b>Практические работы</b>			
	<p><u>Упражнения для развития гибкости</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• стоя на коленях, выполнить обратную передачу на расстоянии 3-4 м. партнёру</li> <li>• стойка на одной ноге, опираясь другой на гимнастическую стенку.</li> <li>• Отклонение туловища назад до горизонтального положения и пружинистые наклоны к поднятой ноге с постепенным увеличением амплитуды и сменой положения</li> </ul>	4	
<b>Практические работы</b>			
	<p><u>Упражнения для развития физических качеств, необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сгибание и разгибание кисти в лучезапястном суставе</li> <li>• круговые движения кистями</li> <li>• отталкивание ладонями и пальцами от стены двумя одновременно и попеременно правой и левой рукой</li> <li>• в упоре лежа передвижения на руках по кругу, носки ног вместе</li> <li>• ходьба на руках, ноги поддерживает партнер</li> <li>• упражнения с гантелями, с кистевым эспандером</li> <li>• сжимание теннисного ( резинового) мяча</li> <li>• передача набивного мяча в положении лёжа на животе, на спине, сидя</li> <li>• многократные броски набивного мяча двумя руками от груди вперед, вперед-вверх, прямо - вверх, с правой руки на левую, под правым (левым) плечом( особое внимание обращать на заключительное движение кистями и пальцами)</li> <li>• передачи и бросок набивного мяча двумя руками от груди, правой и левой рукой на точность, дальность (соревнование)</li> </ul> <p>многократные броски резиновых мячей различного диаметра и веса в кольцо – на быстроту и точность</p>	8	
<b>Практические работы</b>		8	

	<p><u>Упражнения для воспитания скоросно -силовых качеств:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки одиночные и серийные толчком одной и двумя ногами с доставанием одной и двумя руками подвешенных предметов</li> <li>-выпрыгивание, стоя толчковой ногой на опоре 50-60 см без отягощения и с отягощением</li> <li>-упражнения с отягощением</li> <li>- упражнения с набивными мячами</li> <li>- передвижения в полуприседе прыжками вперёд, назад, в стороны с набивным мячом в руках</li> <li>подвижные игры «Перетягивание в парах», «Борьба всадников», «Скачки»</li> <li>- упражнения с мешками (вес до 10 кг): приседания (серия 2*10), выпрыгивание из полуприседе (серия 2*10), подскоки и прыжки на двух ногах (1-2 мин)</li> <li>- упражнения с грифом штанги на плечах: подскоки (20-30 раз); выпрыгивание из полуприседе (10-15 раз); из положения гриф на груди, выпрямление рук вперёд, вперёд – вверх, вверх (серия по 10 раз с паузами в 1,5-2 мин.)</li> </ul>		
	<p><b>Практические работы</b></p>		
	<p><u>Упражнения для развития специальной выносливости:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-беговые, прыжковые, скоростно-силовые и специальные циклические упражнения, используемые в режиме высокой интенсивности</li> <li>- игровые упражнения 2*2, 3*3</li> <li>- многократно повторяемые упражнения в технике и тактике игры (прессинг, стремительное нападение)</li> <li>- двухсторонняя тренировочная игра</li> </ul>	4	
	<p><b>Практические работы</b></p>		
	<p><u>Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сгибание и разгибание кисти в лучезапястном суставе</li> <li>- круговые движения кистями</li> <li>- отталкивание ладонями и пальцами от стены двумя одновременно и попеременно правой и левой рукой</li> <li>- в упоре лёжа передвижения на руках по кругу, носки ног вместе</li> <li>- ходьба на руках, ноги поддерживает партнёр</li> <li>- упражнения с гантелями, с кистевым эспандером</li> <li>- сжимание теннисного (резинового) мяча</li> <li>- передача набивного мяча в положение лёжа на животе, на спине, сидя</li> <li>- многократные броски набивного мяча двумя руками от груди вперёд, вперёд – вверх, прямо –</li> </ul>	6	

	<p>вверх, с правой руки на левую, под правым (левым) плечом (особое внимание обращать на заключительное движение кистями и пальцами)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача и бросок набивного мяча двумя руками от груди, правой и левой рукой на точность, дальность (соревнование)</li> <li>- многократные броски резиновых мячей различного диаметра и веса в кольцо – на быстроту и точность</li> </ul>			
	<b>Практические работы</b>			
	<p><u>Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ведения мяча:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение правой рукой</li> <li>- ведение в низкой, средней, высокой стойке</li> <li>- ведение двух мячей поочередно, переменнo</li> <li>- ведение с изменением направления</li> <li>- ведение мяча по прямой</li> <li>- ведение мяча с изменением высоты отскока</li> <li>- ведение мяча в движении, с изменением направления, с переводом мяча из одной руки в другую за спиной</li> </ul>	6		
	<b>Практические работы</b>			
	Разновидности ходьбы и бега, остановки, повороты, прыжки.	2		
	<b>Практические работы:</b>			
	Подготовительные, подводящие и специальные упражнения, игры и эстафеты, способствующие освоению техники игры.	2		
	<b>Самостоятельная работа (внеаудиторная)</b>			
	Анализ техники основных приемов игры.	4		
<b>4. Техника перемещений в нападении</b>	<b>Содержание</b>			
	<p>1. Перемещения: разновидности ходьбы и бега, остановки, повороты, прыжки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стойка баскетболиста</li> <li>- бег</li> <li>- прыжки</li> <li>- остановки</li> <li>- повороты</li> </ul>	6	2	

	2.	Сочетание изученных действий.		
<b>5. Техника владения мячом</b>	<b>Содержание</b>			2
	1.	Ловля и передача: - мяча двумя и одной рукой - передача мяча от груди двумя руками - ловля и передача мяча одной рукой - передача мяча одной рукой от плеча - ловля мяча с полукотскока - ловля и передача мяча в движении - передача мяча после ведения		
	<b>Практические работы:</b> Разучивание и совершенствование их на месте в движении, в прыжке, в сочетании с другими приёмами		2	
<b>6. Техника ведения мяча</b>	<b>Содержание</b>			
	<b>Практические работы</b>			
	1.	Ведение мяча с места двумя и одной рукой.: - ведение мяча с низким отскоком - ведение мяча с изменением высоты отскока - ведение мяча по прямой - ведение мяча после ловли передачи в движении - изменение направления движение в начале ведения	4	
	2.	Ведение мяча и его разновидности: - вышагивание - поворот назад - поворот вперёд		
	<b>Практические работы</b> Ведение с противодействием защитника на месте и в движении.		2	
<b>Содержание</b>				
1.	Броски мяча с места двумя и одной рукой. - бросок в кольцо с места - бросок двумя руками от груди с места - бросок мяча одной рукой с места, сверху с места		2	

	2.	Броски одной рукой от плеча в движении -бросок одной рукой сверху в движении после ведения или получения передачи - добивание мяча в кольцо		
	<b>Практические работы</b>			
	Сочетания бросков с различных дистанций с выходами, остановками, проходами. - перемена направления поворотом кругом - финты с мячом на передачу - финты на броске		2	
	Броски в прыжке.			
	«Добивание» мяча.			
	<b>Самостоятельная работа (внеаудиторная)</b>			
	Техника бросков в движении		4	
<b>8. Техника перемещений в защитных стойках</b>	<b>Содержание:</b>			
	1.	Защитные стойки и перемещения различными способами: боком, спиной вперёд, с изменением скорости, направления, с поворотами.		2
	<b>Практические работы:</b>			
	Перемещения различными способами: боком, спиной вперед, с изменением скорости, направления, с поворотами.		2	
<b>9. Техника перехватов</b>	<b>Содержание</b>			
	1.	Выбивание и вырывание мяча.		2
	<b>Практические работы:</b>			
	Перехваты.			
	Выбивание и отбор при ведении.		2	
Накрывание при броске и выбивание при замахе.				
Подбор мяча, отскочившего от щита.				
<b>Раздел 2. Тактика индивидуальных и групповых действий</b>				
<b>10. Тактика индивидуальных действий в нападении</b>	<b>Содержание</b>			
	1.	Индивидуальные действия игрока без мяча: освобождение от опеки противника.		2
	<b>Практические работы</b>		4	

	<p>Действия игрока с мячом: применение конкретных приемов игры в зависимости от конкретной ситуации.</p> <p><u>Нападение против зонной защиты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальные действия без мяча</li> <li>- перегрузки</li> <li>- уход с поворотом</li> <li>- командные действия</li> </ul> <p><u>Нападение против личной защиты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двойной заслон скрытый выход</li> </ul> <p><u>Быстрый прорыв:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- атака пересечения</li> <li>- быстрый прорыв длинной передачей</li> <li>- быстрый прорыв по трём коридорам</li> </ul>		
	<b>Самостоятельная работа (внеаудиторная)</b>		
	Возможные приёмы игры	4	
<b>11. Тактика групповых действий в нападении</b>	<b>Содержание</b>		
	1. Взаимодействие двух и трех игроков <ul style="list-style-type: none"> <li>- серия заслонов</li> <li>- двойной заслон</li> </ul>		2
	<b>Практические работы</b>		
	Взаимодействие двух и трех игроков: при численном превосходстве (2x1, 3x2);	4	
	Взаимодействие двух и трех игроков: при численном равенстве: отдал мяч – выйди, заслоны на месте и в движении (ознакомление).		
<b>12. Тактика командных действий в нападении</b>	<b>Содержание</b>		
	1. Система позиционного нападения (свободное нападение).		2
	2. Расстановка игроков при позиционном нападении.		
	<b>Практические работы:</b>		
	Нападение непрерывным заслоном («большая восьмерка»)	4	
Самостоятельная работа (внеаудиторная)			
Запись упражнений с использованием схемы записи.			
<b>12. Тактика индивидуальных</b>	<b>Содержание</b>		
	1. Индивидуальные действия.		2

действий в защите	<b>Практические работы</b>		2	
	Опека игрока без мяча: выбор места и противодействия выходу нападающего на свободное место.			
	Опека игрока, владеющего мячом: выбор способа противодействия в зависимости от конкретной ситуации. - концентрированная защита в области штрафного броска - защита на половине площадки - защита на всей площадке			
	Действия защитника против двух нападающих.			
13. Тактика групповых действий в защите	<b>Содержание</b>		2	
	1.	Взаимодействие двух и трех защитников		
	<b>Практические работы:</b>		4	
	Взаимодействие двух и трех защитников – подстраховка, переключение, проскальзывание. Групповое блокирование.			
14. Тактика командных действий в защите	<b>Содержание</b>		2	
	1.	Системы игр.		
	2.	Личная защита и ее основные варианты.		
	3.	Зонная защита и ее основные варианты. - 2 -1- 2 - 2-3 - 3-2 - 1-3-1 - 1-2-2 - 2-2-1		
	4.	Смешанная защита. 1). один лично, четыре в зоне. Расположение в зоне - 2-2 - 1-2-1 - 1-3 2) два лично, три в зоне. Передняя линия игроков лично, задняя – зонно		
	5.	Принципы систем защиты.		
	<b>Практические работы:</b>			
	Расположение игроков защиты на площадке			
15. Двухсторонняя	<b>Практические работы</b>		6	



<b>игра</b>	Отработка спец.предложений.			
	Участие в первенствах техникума, района, города, области.			
	Участие в товарищеских играх, турнирах.			
<b>16. Контрольные игры и соревнования</b>	<b>Содержание</b>			3
	1.	Участие в спортивных соревнованиях <ul style="list-style-type: none"> <li>• соревнования по подвижным играм с элементами баскетбола</li> <li>• соревнования по мини – баскетболу</li> <li>• организация проведения соревнований</li> </ul>		
			<b>Итого: 144 часа</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «БАСКЕТБОЛ»**

#### **3.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

Реализация программы требует наличия спортивного зала.

Оборудование и инвентарь спортивного зала: баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, скакалки, фишки, спортивная форма и обувь, душ, раздевалки.

Технические средства обучения: видеоматериалы, компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор с проекционным экраном.

- плакаты, схемы, видеофильмы;
- тесты.

#### **3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

##### **Основные источники**

1. Семенов, В. Б. Секция баскетбола в школе [Текст] / В. Б. Семенов. – М.: Чистые пруды, 2010. – 31 с. (26 экз.).
2. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М.: Академия, 2008. – 400 с. (35 экз.).
3. Спортивные игры : Техника, тактика обучения [Текст] : учеб. пособие для студентов пед. вузов. / Под. ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М. : Академия, 2008. – 520 с. (35 экз.).

##### **Дополнительные источники**

1. Баландин, Г. А. Урок физкультуры в современной школе : Методические рекомендации для учителей [Текст] : метод. пособие для учителей физ. культуры общеобразоват. школ / Г. А. Баландин. – М. : Сов. спорт, 2004. – 72 с. (14 экз.).
2. Баскетбол [Текст] : учеб. для студентов вузов физ. культуры / под ред. Ю. М. Портнова. – М. : Б. и., 1997. – 476 с. (5 экз.).
3. Варианты проведения подготовительной части урока по баскетболу. Выполнение приемов стретчинга [Текст] : метод. рекомендации / сост. Н. И. Шумкова. – Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 2000. – 22 с. (35 экз.).
4. Железняк, Ю. Д. Спортивные игры : Совершенствование спортивного мастерства [Текст] : учеб. для студентов пед. вузов по спец. 033100 – Физ. культура / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, О. В. Мытицин ; под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М. : Академия, 2004. – 400 с. (27 экз.).
5. Листов, О. П. Спортивные игры на уроках физкультуры [Текст] / О. П. Листов – М. : СпортАкадемПресс, 2004. – 148 с. (7 экз.).
6. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста [Текст]: учеб.-метод пособие / С. Б. Шарманова, А. И. Федоров, Е. А. Черепов. – М. : Сов. спорт, 2004. – 120 с. (3 экз.).
7. Шумкова, Н. И. Проведение учебных и учебно-тренировочных занятий по баскетболу в школе [Текст] : методическое пособие / Н. И. Шумкова, Е. М. Аблов, В. А. Краев, Ю. П. Стрешков. – Екатеринбург : Граф, 2002. – 100 с. (42 экз.).

### Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры.
2. Физическая культура в школе.
3. Физкультура и спорт.
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.

### 3.3.. Информационное обеспечение

- сетевые источники информации с выходом в Интернет;
- библиотечные фонды.

Интернет: Internet Explorer; Opera

Графические редакторы: ACDSsee Pro 3.0.475 Lite RePack Rus (MKN)

Мультимедиа: KMPlayer 2.9.4.1437 Final + 2.94.1435 Plus 22.05 (DXVA+CUDA+SVP)

*Электронные подписные ресурсы:*

*Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:*

<http://www.nlr.ru>

<http://library.ru>

<http://lib.sportedu.ru>

<http://orel.rsl.ru/>

<http://www.iqlib.ru>

<http://www.trainer.h1.ru>

<http://festival.1september.ru>

<http://lesgaft.spb.ru>

<http://www.libinfo.vspu.ac.ru>

<http://sigla.ru> – Сигла – служба поиска библиографических записей в электронных каталогах библиотек России и зарубежных стран

[http:// www.rubicon.com/](http://www.rubicon.com/) – Рубикон – крупнейший энциклопедический ресурс Интернета

<http://www.nlr.ru> – Российская государственная библиотека

<http://orel.rsl.ru> – Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

[catalog.iot.ru](http://catalog.iot.ru) – каталог образовательных ресурсов сети Интернет