

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва по баскетболу «Спартак»»
муниципального образования
городской округ Люберцы Московской области

Принята на заседании
Педагогического совета
МУ ДО по баскетболу «Спартак»

«25» мая 2023 года

Прокол № 6

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУ ДО СШОР
по баскетболу «Спартак»



Н.И. Сидоров

2023 года

Дополнительная образовательная программа спортивной
подготовки по виду спорта «баскетбол»
для этапов спортивной подготовки детей и взрослых

Срок реализации программы: 10 лет

Городской округ Люберцы
Московская область
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛА	СТРАНИЦА
Глава I. Общие положения	3-5
Глава II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	5-33
Глава III. Система контроля	33-38
Глава IV. Рабочая программа по виду спорта «баскетбол»	38
Глава V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «баскетбол»	38-39
Глава VI. Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки	39-41
Глава VII. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	41-47

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» (далее Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке баскетбол с учётом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке по виду спорта «баскетбол», утвержденных приказом Минспорта России 16 ноября 2022 г. № 1006 (зарегистрирован Минюстом России 19 декабря 2022 г. №71656).

2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Достижение поставленной цели предусматривает решение основных задач: оздоровительные; образовательные; воспитательные; спортивные.

Достижение указанной цели зависит:

- от уровня исходных данных обучающихся;
- от уровня квалификации и профессиональной подготовленности тренерско-педагогического состава;
- наличия современной материально-технической базы;
- от качества организации педагогического, учебно-тренировочного и соревновательного процессов.

Планируемые результаты освоения Программы представляют собой систему ожидаемых результатов освоения обучающимися всех компонентов учебно-тренировочного и соревновательного процессов.

Также обеспечивается формирование личностных результатов:

- овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и уровня физической подготовленности, о соответствии их возрастным нормативам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перетренированности (неотренированности), перенапряжения;
- овладение знаниями и навыками инструкторской деятельности и судейской практики;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- соблюдать правила безопасности и содержать в порядке спортивный инвентарь, оборудование, спортивную одежду, осуществлять подготовку спортивного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям;
- умение анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях;
- находить адекватные способы поведения и взаимодействия в соревновательный период;
- развитие понимания о здоровье, как о важнейшем условии саморазвития и самореализации человека, умение добросовестно выполнять задания тренера-преподавателя, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений;
- умение организовывать места учебно-тренировочных занятий и обеспечивать их безопасность;
- ориентирование на определение будущей профессии;
- приобретение навыков по участию в соревнованиях различного уровня.

Подготовка спортсменов высшей квалификации рассматривается, как многолетний процесс единства тренировки, соревновательной практики, восстановительных мероприятий. С этих позиций подготовка баскетболистов будет успешной только в том случае, если её рассматривать, как единую систему, все составные части которой согласованы между собой и направлены на успешное решение основных задач с использованием современных методов и моделей образовательных и инновационных технологий.

Учебно-тренировочный процесс занимает основное место в системе спортивной подготовки, для успешного управления им необходима такая организация, которая давала бы максимальный эффект при минимальных затратах времени, средств и энергии. Эту задачу можно успешно решить только на основе глубоких знаний содержания основных функций управления учебно-тренировочным процессом и творческого применения их на практике.

Современный учебно-тренировочный процесс сложен и многообразен. Он включает различные виды подготовки, планирование, отбор в спортивные команды, а также другие составляющие, которые в конечном счёте, определяют эффективность подготовки спортсменов к соревнованиям. Без постоянного совершенствования всех видов подготовки невозможно достичь поставленных целей.

В результате внедрения Программы спортивной подготовки планируется достичь:

- соответствия деятельности учреждения принципам спортивной подготовки, ориентированных на раскрытие личности занимающегося и на достижение им наивысших спортивных результатов;
- стабилизация форм и принципов спортивной тренировки в системе многолетней подготовки высококвалифицированных баскетболистов;
- повышения качества обучения, воспитания, развития;
- повышения сохранности контингента занимающихся на каждом этапе спортивной подготовки;
- повышения сохранности тренерско-преподавательского состава и привлечения новых высококвалифицированных кадров;
- возрастания популярности занятий спортом, и баскетболом в частности.

Результаты спортивной подготовки применительно к физкультурно-оздоровительным занятиям и этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной программой спортивной подготовки.

Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе физкультурно-оздоровительным занятиям и по отдельным этапам спортивной подготовки направлены:

На спортивно-оздоровительный этап:

- знакомство с видом спорта «баскетбол»;
- получение обучающимися начальных знаний о физической культуре спортом;
- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой спортом;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «баскетбол»
- обучение основным приемам и технике игры;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья;

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «баскетбол»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «баскетбол»;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе (этап спортивная специализация):

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «баскетбол»;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «баскетбол»;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- укрепление здоровья

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- сохранение здоровья.

На этапе высшего спортивного мастерства:

- повышение уровня общей и специальной физической, теоритической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «баскетбол»;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;
- сохранение здоровья.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

3. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.

На спортивно-оздоровительный этап зачисляются лица, которым в текущем году исполнилось (или) исполнится количество лет по году рождения, соответствующее возрасту зачисления, а также лица, старше зачисляемого возраста.

На этап начальной подготовки зачисляются лица, которым в текущем году исполнилось (или) исполнится количество лет по году рождения, соответствующее возрасту зачисления, а также лица, старше зачисляемого возраста. При комплектовании учебно-тренировочных групп разница в возрасте зачисляемых лиц не должна быть более двух лет.

На этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) допускается зачисление лиц, прошедших спортивную подготовку в других организациях и (или) по другим видам спорта и выполнивших требования, необходимые для зачисления, согласно нормативам по физической подготовке, установленным в дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» с учётом сроков реализации этапов спортивной подготовки и возрастных границ лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам.

На этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства допускается зачисление лиц, прошедших спортивную подготовку в других спортивных организациях и при наличии спортивного разряда по виду спорта «баскетбол»:

- на этапе совершенствования спортивного мастерства - "первый спортивный разряд";
- на этапе высшего спортивного мастерства - "кандидат в мастера спорта".

Сроки реализации спортивно-оздоровительного этапа, возрастные границы лиц, проходящих спортивно-оздоровительный этап, количество лиц, проходящих физкультурно-оздоровительных занятий в группах.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость минимальная (человек)	Максимальная наполняемость (человек)
спортивно-оздоровительный	Не устанавливается	от 5	от 3	Пропускная способность спортивного сооружения

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	11	12
Этап совершенствования спортивного мастерства	не устанавливается	14	6
Этап высшего спортивного мастерства	не устанавливается	15	4
Для спортивной дисциплины: «баскетбол 3x3»			
Этап начальной подготовки	3	8	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	11	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	не устанавливается	14	6
Этап высшего спортивного мастерства	не устанавливается	15	4

4. Объем Программы

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-14	12-18	16-24	20-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-728	624-936	832-1248	1040-1664

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапа спортивной подготовки (лет)
Спортивно-оздоровительный этап	не устанавливается

Этапный норматив	Спортивно-оздоровительный этап
Количество часов в неделю	4,5-18
Общее количество часов в год	234-936

5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации Программы.

Подготовка спортсменов организуется, прежде всего, в форме учебно-тренировочных занятий, имеющих определенную структуру и распределенных по времени. Структура учебно-тренировочных занятий базируется на физиологических, психологических и педагогических закономерностях. Продолжительность занятия зависит от этапов подготовки, задач тренировки, возраста спортсменов, уровня их подготовленности.

Формы занятий по баскетболу определяются в зависимости от возраста занимающихся, задач и условий подготовки и различаются по типу организации, направленности (обще-подготовительные, специализированные, комплексные), содержанию учебно-тренировочного материала (теоретические, практические). Основной формой являются урочные практические занятия, проводимые под руководством тренера-преподавателя, согласно расписанию, которое составляется с учётом режима учёбы занимающихся, а также исходя из материальной-технической базы.

Основные формы осуществления спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол»:

- учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные) с использованием современных методов и моделей образовательных и инновационных технологий. в том числе с использованием дистанционных технологий;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- самостоятельная подготовка по индивидуальным планам, в том числе с использованием дистанционных технологий;
- спортивные соревнования;
- контрольные мероприятия;
- инструкторская и судейская практики;
- медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.

Учебно-тренировочные занятия направлены на приобретение опыта творческой спортивной деятельности, достижения профессионального совершенства в овладении техническими, тактическими, физическими и другими видами подготовки баскетболиста, повышения уровня функциональных и двигательных способностей спортсменов, направленного формирования качеств и свойств их личности.

На учебно-тренировочных занятиях усваивается новый материал, осуществляется обучение основам техники и тактики баскетбола, совершенствуется физическая, психологическая и специальная подготовленность занимающихся.

Тренировочные нагрузки подразделяются по характеру, величине, направленности, координационной сложности, психической напряженности.

Нормативные основы процесса подготовки характеризуются критериями к уровню спортивного мастерства по годам обучения, соотношением средств подготовки и величины, структуры тренировочных и соревновательных нагрузок.

С увеличением общего годового объёма часов на различных этапах спортивной подготовки изменяется соотношение объёмов тренировочного процесса. В частности, удельный вес ОФП сокращается, в тоже время объём СФП, ТТП и соревновательной подготовки увеличивается.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед и непосредственно на тренировке; она связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовками, как элемент практических занятий.

Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность, вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике, в условиях тренировочных занятий.

Контроль за усвоением знаний проводится в виде опроса. Периодически контроль может проводиться при подготовке к соревнованиям (по знанию положений правил соревнования, правил поведения, этики и морали, тактике и др.).

Важное значение имеет психологическая подготовка, которая предусматривает формирование личности занимающихся и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. К основным методам психологической подготовки относятся беседы, убеждения, разъяснения, методы моделирования ситуации через игру.

Основными задачами психологической подготовки являются:

- формирование установки на тренировочную деятельность;
- формирование, волевых качеств занимающихся;
- совершенствование эмоциональных свойств личности;
- развитие коммуникативных свойств личности;
- развитие и совершенствование свойств личности.

Учебно-тренировочный процесс и осуществляется в следующих формах:

- Учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные), в том числе с использованием дистанционных технологий;
- Учебно-тренировочные мероприятия;
- самостоятельная подготовка по индивидуальным планам, в том числе с использованием дистанционных технологий;
- спортивные соревнования;
- контрольные мероприятия;
- инструкторская и судейская практики;
- медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.

Структура годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов)

Одним из важнейших вопросов построения учебно-тренировочного процесса является распределение программного материала по этапам спортивной подготовки, годам и недельным микроциклам – основным структурным блокам планирования. Данная программа рекомендует поэтапное построение подготовки. Каждый макроцикл содержит 3 этапа. Для каждого этапа подготовки в программе даётся направленность занятий в микроциклах, которые в соответствии с этапами и содержанием средств подготовки условно названы подготовительный этап (обще-подготовительный, специально-подготовительный), предсоревновательный, соревновательный и переходный.

Направленность недельных микроциклов в группах этапа начальной подготовки

Подготовительный этап.

Основная задача подготовительного этапа – развитие общей физической подготовки, обучение базовым приёмам игры. Подготовительный этап условно делится на два этапа – обще-подготовительный и специально-подготовительный.

Обще-подготовительный этап.

Задачи этапа: обучение новому материалу, повышение функциональных возможностей. Интенсивность учебно-тренировочного процесса находится на среднем уровне. Количество тренировок в неделю составляет 2 – 4. Длительность этапа составляет три-шесть недельных микроциклов. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности.

Специально-подготовительный этап.

Задачи этапа: увеличение объёмов нагрузки по физической и технической подготовке. На данном этапе повышается интенсивность упражнений на технику ведения и передачи мяча, бросков и т.д. Количество тренировок в неделю составляет 2 – 4. Длительность этапа составляет четыре-шесть недельных микроциклов. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности (контрольные игры).

Предсоревновательный этап.

Задачи этапа: увеличение объёма игровой направленности, повтор пройденного материала. Количество тренировок в неделю составляет 2-4. Длительность этапа составляет три недельных микроцикла. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности.

Соревновательный этап.

В соревновательном микроцикле первого года обучения – проводятся 3-5 подвижных игры через день отдыха, второго и третьего года обучения – 3-5 игр через день отдыха. Длительность этапа составляет один недельный микроцикл.

Переходный период.

Задачи периода: полноценный отдых после тренировочных и соревновательных нагрузок. Особое внимание должно быть обращено на полноценное физическое и особенно психическое восстановление. Длительность этапа от двух до двенадцати недель микроцикла.

Направленность недельных микроциклов в группах учебно-тренировочного этапа (спортивной специализации)

Подготовительный этап.

Основной задачей этапа является обеспечение запаса потенциальных возможностей по всем видам подготовки, который позволит выйти на уровень результатов, запланированный на соревновательный период. Подготовительный этап условно делится на два этапа – обще-подготовительный и специально-подготовительный.

Обще-подготовительный этап.

Задачи этапа: обучение новому материалу, повышение функциональных возможностей, совершенствование физических способностей и технической готовности к постоянно увеличивающимся тренировочным нагрузкам. Интенсивность учебно-тренировочного процесса находится на среднем уровне. Длительность этапа составляет два-три недельных микроцикла. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности (контрольные игры).

Специально-подготовительный этап.

Задачи этапа: системность нагрузок по физической и технической подготовке. На данном этапе повышается интенсивность в групповых упражнениях, с помощью увеличения технико-тактических средств тренировки. Длительность этапа составляет четыре-шесть недельных

микроцикла. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности (контрольные игры).

Предсоревновательный этап.

Задачи этапа: увеличение объёма игровой направленности, не пройденного материала. На этом этапе основные тренировочные нагрузки направлены на тактическую, теоретическую и психологическую подготовку. Длительность этапа составляет три–пять недельных микроцикла. В середине и в конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности.

Соревновательный этап.

Задачи этапа: повышение достигнутого уровня специальной подготовленности и достижение высоких спортивных результатов в соревнованиях. В соревновательном микроцикле проводятся 3-5 игр подряд. Длительность этапа составляет семь-десять дней.

Переходный период.

Задачи переходного периода: полноценный отдых после учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок. Особое внимание должно быть обращено на полноценное физическое и психическое восстановление. Длительность этапа от двух до шести недель микроцикла.

Примерная направленность недельных микроциклов
в группах этапа совершенствования спортивного мастерства
и этапа высшего спортивного мастерства

Подготовительный этап.

Основной задачей этапа является обеспечение запаса потенциальных возможностей по всем видам подготовки, который позволит выйти на уровень результатов, запланированный на соревновательный период.

Подготовительный этап условно делится на два этапа обще подготовительный и специально-подготовительный.

Обще -подготовительный этап.

Задачи этапа: обучение новому материалу, повышение функциональных возможностей, совершенствование физических способностей и технической готовности к постоянно увеличивающимся тренировочным нагрузкам. Интенсивность учебно-тренировочного процесса находится на среднем уровне. Длительность этапа составляет два-три недельных микроцикла. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности (контрольные игры).

Специально-подготовительный этап.

Задачи этапа: системность нагрузок по физической и технической подготовке. На данном этапе повышается интенсивность в групповых упражнениях, с помощью увеличения технико-тактических средств тренировки. Длительность этапа составляет четыре-шесть недельных микроцикла. В конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности (контрольные игры).

Предсоревновательный этап.

Задачи этапа: увеличение объёма игровой направленности, повтор пройденного материала. На этом этапе основные тренировочные нагрузки направлены на тактическую, теоретическую и психологическую подготовку. Длительность этапа составляет три–пять недельных микроцикла. В середине и в конце каждого микроцикла использование упражнений соревновательной направленности.

Соревновательный этап.

Задачи этапа: повышение достигнутого уровня специальной подготовленности и достижение высоких спортивных результатов в соревнованиях. В соревновательном микроцикле проводятся 3-5 игр подряд. Длительность этапа составляет семь-десять дней.

Переходный период.

Задачи периода: полноценный отдых после тренировочных и соревновательных нагрузок. Особое внимание должно быть обращено на полноценное физическое и особенно психическое восстановление. Длительность этапа от двух до шести недель микроцикла.

Управление учебно-тренировочным занятием

Одним из важнейших вопросов построения учебно-тренировочного процесса является распределение программного материала по годам обучения, этапам и основным структурным блокам планирования.

Управление спортивной подготовкой – это деятельность по постановке реальной цели подготовки, перспективных и текущих задач, определение методов, средств и путей решения этих задач, организация учебно-тренировочного процесса.

В управление учебно-тренировочного занятия входит:

- планирование учебно-тренировочного процесса;
- текущий контроль процесса учебно-тренировочного занятия и состояния тренированности;
- обобщение и анализ данных контроля, и внесение необходимых корректив в планирование (как в задачи плана, так и в способы их реализации).

В годовом плане более детально определяются задачи, средства, методы периодов подготовки, динамика учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, организация учебно-тренировочного процесса.

Текущее планирование составляют месячные, недельные циклы, которые называются мезоциклами и микроциклами.

Правильно спланированная нагрузка должна готовить спортсмена к той деятельности, которая необходима на состязаниях, поэтому в периодизации учебно-тренировочного занятия на протяжении годичного цикла наблюдается несколько подготовительных, соревновательных и переходных периодов, внутри которых тренировочные нагрузки варьируются, как по объёму, так и по интенсивности. На протяжении всего учебно-тренировочного процесса, не зависимо от периода, цикла, этапа подготовки необходимо заниматься повышением уровня функциональных возможностей организма спортсмена, развитием его физических качеств и совершенствованием технико-тактического мастерства. Соотношение мезо и микроциклов выстраивается в соответствии с планом основных соревновательных стартов и, поставленных тренером-преподавателем задач.

Подготовка к соревнованиям предусматривает моделирование во всех деталях нагрузки и напряжения, присущих предстоящей соревновательной деятельности. Наибольшие объёмы нагрузок выполняются в подготовительном и предсоревновательном этапах.

В соревновательном этапе общий объём нагрузки снижается, а интенсивность возрастает. Соревнования, как важнейшая составная часть спортивной подготовки, используется в качестве действенного средства для стимулирования адаптационных реакций организма обучающихся. Они являются составной частью интегральной подготовки, дающей возможность объединить технико-тактическую, физическую, психологическую подготовки в единую систему, направленную на достижение высоких спортивных результатов.

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

Программный материал для проведения учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки с указанием видов упражнений, средств и методов учебно-тренировочного занятия

На этапах спортивной подготовки тренеры-преподаватели используют различный программный материал, на основе которого составляются индивидуальные планы спортивной подготовки спортсменов. Программный материал зависит от уровня квалификации спортсмена, поставленных на сезон задач и т.п. Одни и те же средства подготовки, составляющие программный

материал для практических занятий, могут использоваться, как на этапе спортивного совершенствования, так и на этапе высшего спортивного мастерства. Основное различие состоит в объеме и интенсивности используемых средств.

Необходимо учитывать, что использование средств спортивной подготовки зависит и от периода подготовки. Очевидно, что в подготовительном и соревновательном периодах используются либо различные средства подготовки, либо существенно изменяются их объем и/или интенсивность.

Теоретическая подготовка

Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность, вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях учебно-тренировочных занятий. Учебный материал распределяется на весь период подготовки. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст занимающихся и излагать материал в доступной форме. Теоретический раздел программы предусматривает наличие тем, обеспечивающих формирование не только знаний, связанных с баскетболом, но и знаний по истории развития физкультурно-спортивного движения, самой игры баскетбол, медико-биологический и гигиенических основах спортивной деятельности, о средствах и методах спортивной тренировки, а также приобретение знаний по современным способам восстановления организма после физических нагрузок и профилактика травматизма. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно на учебно-тренировочном занятии, она связана с остальными разделами подготовки, как элемент практических занятий. Контроль за усвоением знаний проводится в виде опроса или беседы. Периодически контроль может проводиться при подготовке к соревнованиям (по знанию правил соревнований, правил поведения, этики и морали, тактике и др.).

Программный материал теоретических занятий для всех этапов спортивной подготовки

	Темы теоретических занятий	Спортивно-оздоровительный этап			Этапы начальной подготовки		Тренировочный этап (спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
					Год обучения		Год обучения						
		5-7 лет	8-11 лет	12 лет и старше	1	2-3	1	2	3	4	5		
1	Физическая культура и спорт в России.		+	+	+	+	+						
2	Состояние и развитие баскетбола в России.		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Режим юного спортсмена.		+	+	+	+	+	+	+	+			
4	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена.	+		+		+	+	+	+	+	+	+	
5	Влияние физических упражнений на организм спортсмена.		+	+	+	+	+					+	+
6	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов.	+	+	+	+	+	+			+	+		
7	Профилактика травматизма в спорте.			+		+	+			+	+		
8	Общая характеристика спортивной тренировки.											+	+
9	Планирование и контроль подготовки.											+	+
10	Основы техники игры и техническая подготовка.			+			+	+	+	+	+	+	+

11	Основы тактики игры и тактическая подготовка.								+	+	+	+	+
12	Физические качества и физическая подготовка юного спортсмена.			+			+	+	+	+	+	+	
13	Спортивные соревнования.								+	+	+	+	
14	Спортсмены против допинга.											+	+
15	Восстановительные средства и их роль в системе подготовки.											+	+
16	Правила по мини-баскетболу.	+	+	+	+	+	+						
17	Правила по баскетболу.							+	+	+	+	+	
18	Официальные правила ФИБА.			+		+	+	+	+	+	+	+	+
19	Установка на игру и разбор результатов.							+	+	+	+	+	+

Практические занятия

Практические занятия могут различаться по цели: учебно-тренировочные, контрольные и соревновательные; по количественному составу занимающихся: индивидуальные, групповые и командные.

На учебно-тренировочных занятиях усваивается новый материал, осуществляется обучение основам техники и тактики баскетбола, совершенствуется физическая, психологическая и специальная подготовленность занимающихся.

Техническая подготовка.

Основными задачами технической подготовки являются:

- прочное освоение технических приемов баскетбола;
- владение техникой и умение сочетать в разной последовательности технические приёмы;
- использование технических приёмов в сложных условиях соревновательной деятельности.

К основным средствам решения задач технической подготовки относятся соревновательные и специальные упражнения.

Эффективность средств технической подготовки во многом зависят от методов тренировки. В процессе подготовки используются общепринятые методы физического воспитания: практические, словесные, наглядные.

Программный материал практических занятий для всех этапов спортивной подготовки.

	Упражнения	Спортивно-оздоровительный этап			Этапы начальной подготовки		Тренировочный этап (спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
					Год обучения		Год обучения						
		5-7 лет	8-11 лет	12 лет и старше	1	2-3	1	2	3	4	5		
1	Прыжок толчком двух ног	+	+		+	+							
2	Прыжок толчком одной ноги	+	+		+	+							
3	Остановка прыжком	+	+	+	+	+	+						
4	Остановка двумя шагами	+	+	+	+	+	+						
5	Повороты вперед	+	+		+	+							
6	Повороты назад	+	+		+	+							
7	Приставные шаги	+	+	+	+	+	+						
8	Ловля мяча двумя руками на месте	+	+		+	+							

9	Ловля мяча двумя руками в движении		+	+		+	+						
10	Ловля мяча двумя руками в прыжке		+	+		+	+						
11	Ловля мяча двумя руками при встречном движении			+		+	+	+					
12	Ловля мяча двумя руками при поступательном движении			+		+	+	+					
13	Ловля мяча двумя руками при движении сбоку		+	+		+	+	+					
14	Ловля мяча одной рукой на месте		+			+							
15	Ловля мяча одной рукой в движении		+	+		+	+	+					
16	Ловля мяча одной рукой в прыжке			+			+	+					
17	Ловля мяча одной рукой при встречном движении			+			+	+	+				
18	Ловля мяча одной рукой при поступательном движении			+			+	+	+				
19	Ловля мяча одной рукой при движении сбоку			+			+	+	+	+			
20	Передача мяча двумя руками сверху	+	+			+	+						
21	Передача двумя руками от плеча (с отскоком)	+	+			+	+						
22	Передача двумя руками от груди (с отскоком)	+	+			+	+						
23	Передача мяча двумя руками снизу (с отскоком)	+	+			+	+						
24	Передача мяча двумя руками с места	+	+			+	+						
25	Передача мяча двумя руками в движении		+	+		+	+	+					
26	Передача мяча двумя руками в прыжке		+	+		+	+						
27	Передачи мяча двумя руками (встречные)		+	+		+	+	+					
28	Передачи мяча двумя руками (поступательные)			+			+	+	+				
29	Передачи мяча двумя руками на одном уровне			+			+	+	+	+			
30	Передачи мяча двумя руками (сопровождающие)			+			+	+	+	+			
31	Передача мяча одной рукой сверху		+	+		+	+						
32	Передача мяча одной рукой сверху		+	+		+	+						
33	Передача мяча одной рукой от головы		+	+		+	+						
34	Передача мяча одной рукой от плеча (с отскоком)		+	+		+	+	+					
35	Передача мяча одной рукой сбоку (с отскоком)		+	+		+	+	+	+				
36	Передача мяча одной рукой снизу (с отскоком)		+	+		+	+	+					
37	Передача мяча одной рукой с места	+	+			+	+						
38	Передача мяча одной рукой в движении		+	+		+	+	+					
39	Передача мяча одной рукой в прыжке		+	+		+	+	+	+				

40	Передача мяча одной рукой (встречные)			+			+	+	+	+	+		
41	Передача мяча одной рукой (поступательные)			+			+	+	+	+	+	+	
42	Передача мяча одной рукой на одном уровне			+			+	+	+	+	+	+	
43	Передача мяча одной рукой (сопровождающие)			+			+	+	+	+	+	+	
44	Ведение мяча с высоким отскоком	+	+		+	+							
45	Ведение мяча с низким отскоком	+	+		+	+							
46	Ведение мяча со зрительным контролем	+	+		+	+							
47	Ведение мяча без зрительного контроля		+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
48	Ведение мяча на месте	+	+		+	+							
49	Ведение мяча по прямой	+	+	+	+	+	+						
50	Ведение мяча по дугам		+			+							
51	Ведение мяча по кругам		+	+		+	+						
52	Ведение мяча зигзагом		+	+		+	+	+	+	+	+	+	
53	Обводка соперника с изменением высоты отскока			+			+	+	+	+	+	+	+
54	Обводка соперника с изменением направления			+			+	+	+	+	+	+	+
55	Обводка соперника с изменением скорости			+			+	+	+	+	+	+	+
56	Обводка соперника с поворотом и переводом мяча			+			+	+	+	+	+	+	+
57	Обводка соперника с переводом мяча под ногой			+			+	+	+	+	+	+	+
58	Обводка соперника с переводом за спиной			+			+	+	+	+	+	+	+
59	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд (сочетание)							+	+	+	+	+	+
60	Броски в корзину двумя руками сверху	+	+		+	+							
61	Броски в корзину двумя руками от груди	+	+		+	+							
62	Броски в корзину двумя руками снизу	+	+	+	+	+	+						
63	Броски в корзину двумя руками сверху вниз											+	+
64	Броски в корзину двумя руками (добивание)	+			+					+	+	+	+
65	Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита		+	+		+	+	+	+				
66	Броски в корзину двумя руками без отскока от щита			+			+	+	+	+	+	+	
67	Броски в корзину двумя руками с места		+	+		+	+						
68	Броски в корзину двумя руками в движении		+	+		+	+	+					
69	Броски в корзину двумя руками в прыжке			+			+	+	+				
70	Броски в корзину двумя руками (дальние)			+			+	+	+				
71	Броски в корзину двумя руками (средние)			+			+	+	+	+			

72	Броски в корзину двумя руками (ближние)		+	+		+	+	+	+	+			
73	Броски в корзину двумя руками прямо перед щитом		+	+		+	+						
74	Броски в корзину двумя руками под углом к щиту		+	+		+	+	+					
75	Броски в корзину двумя руками параллельно щиту		+	+		+	+	+	+				
76	Броски в корзину одной рукой сверху		+	+		+	+	+	+	+	+	+	
77	Броски в корзину одной рукой от плеча		+	+		+	+						
78	Броски в корзину одной рукой снизу		+	+		+	+	+	+				
79	Броски в корзину одной рукой сверху вниз											+	+
80	Броски в корзину одной рукой (добивание)									+	+	+	+
81	Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита		+	+		+	+	+					
82	Броски в корзину одной рукой с места		+	+		+	+	+	+				
83	Броски в корзину одной рукой в движении		+	+		+	+	+	+	+			
84	Броски в корзину одной рукой в прыжке		+	+		+	+	+	+	+	+		
85	Броски в корзину одной рукой (дальние)			+			+	+	+	+	+	+	+
86	Броски в корзину одной рукой (средние)			+			+	+	+	+	+	+	
87	Броски в корзину одной рукой (ближние)			+			+	+	+	+	+	+	
88	Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом		+	+		+	+	+	+	+	+	+	
89	Броски в корзину одной рукой под углом к щиту		+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
90	Броски в корзину одной рукой параллельно щиту		+		+	+						+	+

Тактический раздел программы

Как всякий целенаправленный педагогический процесс, тактическая подготовка решает конкретные педагогические задачи:

- создать предпосылки для успешного обучения тактике игры (развить соответствующие способности и качества);
- в процессе обучения техническим приёмам сформировать тактические умения;
- обеспечить высокую степень надежности технических приёмов игры в сложной обстановке на площадке;
- овладеть основой индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и в защите;
- совершенствовать тактические умения с учетом игрового амплуа баскетболиста.
- сформировать умение эффективного использования технических приёмов и тактических действий в зависимости от условий (от состояния партнеров и противника, от внешних факторов);
- развивать способности к быстрым переключениям от нападения к защите и от защиты к нападению;
- изучать технический арсенал, тактическую и волевою подготовленность противника.

Тактика нападения

	Упражнения	Спортивно-оздоровительный этап			Этапы начальной подготовки		Тренировочный этап (спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
					Год обучения		Год обучения						
		5-7 лет	8-11 лет	12 лет и старше	1	2-3	1	2	3	4	5		
1	Выход для получения мяча	+	+		+	+	+						
2	Выход для отвлечения мяча	+	+		+	+	+						
3	Розыгрыш мяча		+	+		+	+	+	+				
4	Атака корзины	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5	«Отдай мяч и выйди»	+	+	+	+	+	+	+					
6	Наведение		+	+		+	+	+	+	+	+	+	
7	Пересечение		+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
8	Заслон			+			+	+	+	+	+	+	+
9	Треугольник			+			+	+	+	+	+	+	+
10	Тройка			+			+	+	+	+	+	+	+
11	Малая восьмёрка			+			+	+	+	+	+	+	+
12	Скрестный выход			+				+	+	+	+	+	+
13	Сдвоенный заслон			+				+	+	+	+	+	+
14	Система быстрого прорыва			+			+	+	+	+	+	+	+
15	Система эшелонированного прорыва			+				+	+	+	+	+	+
16	Система нападения через центрального			+				+	+	+	+	+	+
17	Система нападения без центрального			+			+	+	+	+	+	+	+
18	Игры в численном большинстве			+			+	+	+	+	+	+	+
19	Игра в меньшинстве			+			+	+	+	+	+	+	+

Тактика защиты

	Упражнения	Спортивно-оздоровительный этап			Этапы начальной подготовки		Тренировочный этап (спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
					Год обучения		Год обучения						
		5-7 лет	8-11 лет	12 лет и старше	1	2-3	1	2	3	4	5		
1	Противодействие получению мяча	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

2	Противодействие выходу на свободное место	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Противодействие атаке корзины	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Подстраховка		+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
5	Система личной защиты		+	+		+	+	+	+	+	+	+	+
6	Переключение			+			+	+	+	+	+	+	
7	Проскальзывание			+				+	+	+	+	+	+
8	Групповой отбор мяча			+						+	+	+	+
9	Против тройки			+				+	+	+	+	+	
10	Против малой восьмёрки			+				+	+	+	+	+	+
11	Против скрестного выхода			+				+	+	+	+	+	+
12	Против сдвоенного заслона			+				+	+	+	+	+	+
13	Против наведения на двух			+				+	+	+	+	+	+
14	Система личной защиты			+			+	+	+	+	+	+	+
15	Система зонной защиты			+					+	+	+	+	+
16	Система смешанной защиты			+						+	+	+	+
17	Система личного прессинга			+					+	+	+	+	+
18	Система зонного прессинга			+						+	+	+	+
19	Игра в большинстве			+				+	+	+	+	+	+
20	Игра в меньшинстве			+				+	+	+	+	+	+

Интегральный раздел программы, контрольные и календарные игры

Спортивно-оздоровительный этап

- Чередование подготовительных и подводящих упражнений по отдельным техническим приёмам.
- Чередование подготовительных упражнений (для развития специальных качеств) и выполнения технических приёмов (на основе программы для данного года).
- Чередование изученных технических приёмов и их способов в различных сочетаниях (отдельно в защите, отдельно в нападении, а также в защите и нападении).
- Чередование изученных тактических действий индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите.
- Индивидуальные действия при бросках, при накрывании, при борьбе за отскоки мяча от щита.
- Групповые действия в нападении и защите (по программе для данного года обучения).
- Командные действия.
- Многократное выполнение технических приёмов.
- Перемещения в сочетании с действиями с мячом.
- Перемещения различными способами в сочетании с ловлей и передачей мяча различными способами в различных направлениях.

- Ведение мяча разными способами в сочетании с перемещениями различными способами, передачами, ловлей, бросками в корзину.
- Многократное выполнение каждого в отдельности из изученных тактических действий (в объёме программы) – индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите, а также в сочетаниях.
- Учебные игры. Обязательное требование – применение изученных технических приёмов и тактических действий. В систему заданий в игру последовательно включается программный материал для данного года обучения.
- Календарные игры. Применение в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий. Отражение в установках на игру заданий, которые давались в учебных играх.

Этап начальной подготовки

- Чередование подготовительных и подводящих упражнений по отдельным техническим приёмам.
- Чередование подготовительных упражнений (для развития специальных качеств) и выполнения технических приёмов (на основе программы для данного года).
- Чередование изученных технических приёмов и их способов в различных сочетаниях (отдельно в защите, отдельно в нападении, а также в защите и нападении).
- Чередование изученных тактических действий индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите.
- Индивидуальные действия при бросках, при накрывании, при борьбе за отскочивших от щита мяч.
- Групповые действия в нападении и защите (по программе для данного года обучения).
- Командные действия.
- Многократное выполнение технических приёмов.
- Перемещения в сочетании с действиями с мячом.
- Перемещения различными способами в сочетании с ловлей и передачей мяча различными способами в различных направлениях.
- Ведение мяча разными способами в сочетании с перемещениями различными способами, передачами, ловлей, бросками в корзину.
- Многократное выполнение каждого в отдельности из изученных тактических действий (в объёме программы) – индивидуальных, групповых и командных в нападении и защите, а также в сочетаниях.
- Учебные игры. Обязательное требование – применение изученных технических приёмов и тактических действий. В систему заданий в игру последовательно включается программный материал для данного года обучения.
- Календарные игры. Применение в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий. Отражение в установках на игру заданий, которые давались в учебных играх.

Тренировочный этап 1 – 3 года обучения

- Чередование подготовительных упражнения и выполнения технических приёмов (указанных в программе).
- Упражнения для развития физических качеств в рамках структуры технических приёмов.
- Выполнение перемещений с отягощением, утяжеленными мячами, бросков в прыжке с отягощениями рук, всего тела.
- Выполнение отдельных звеньев технических приёмов с отягощениями.
- Развитие специальных физических способностей посредством многократного выполнения технических приёмов на основе программы для данного года обучения.
- Упражнения для совершенствования навыков технических приёмов посредством многократного выполнения технических приёмов (в объёме программы) – ловля, передача, броски, ведение на точность, быстроту.
- Переключение при выполнении технических приёмов нападения, защиты, нападения и защиты.

- Передача мяча, бросок – накрывание, подбор – добивание.
- Поточное выполнение технических приёмов.
- Переключение при выполнении тактических действий в нападении, защите, в защите и нападении отдельно по категориям: индивидуальные, групповые и командные.
- Учебные игры: система заданий, включающая основной программный материал по технической и тактической подготовке.
- Контрольные игры. Проводятся с целью решения учебных задач, а также для лучшей подготовки к соревнованиям.
- Календарные игры. Установки на игру, разбор игр.

Тренировочный этап 4- 5 года обучения

- Чередование подготовительных упражнений, подводящих и упражнений по технике.
- Например, упражнения на быстроту перемещения – доставание подвешенного мяча.
- Прыжки, преодоление сопротивления резинового эспандера – передача мяча.
- Упражнения для развития физических качеств в рамках структуры технических приёмов (в объёме программы данного года обучения).
- Развитие специальных физических способностей посредством многократного выполнения технических приемов (в объёме программы).
- Упражнения для совершенствования навыков технических приёмов посредством многократного выполнения тактических действий.
- Переключения при выполнении технических приёмов нападения и защиты в различных сочетаниях (в объёме программы).
- Переключения при выполнении тактических действий: индивидуальных в рамках групповых, групповых в рамках командных – отдельно в нападении и защите, в защите и нападении, отдельно в индивидуальных, групповых и командных.
- Учебные игры. Система заданий, включающая основной программный материал по технической и тактической подготовке. Игры уменьшенным составом (4х4, 3х3, 2х2, 4х3, 2х3 и т. д.). Игры полным составом с командами из параллельных групп (или старшей).
- Контрольные игры. Проводятся для более полного решения учебных задач и подготовки к соревнованиям.
- Календарные игры. Содействие решению задач подготовки резервов посредством участия в соревнованиях. Преимущество заданий в учебных и контрольных играх и установке на игру.

Этап совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства

- Чередование подготовительных, подводящих упражнений и упражнений по технике.
- Развитие специальных качеств посредством многократного выполнения технических приёмов в упражнениях повышенной интенсивности.
- Упражнения на переключения в выполнении технических приёмов нападения и защиты повышенной интенсивности и дозировки с целью совершенствования навыков технических приёмов и развития специальных качеств.
- Упражнения на переключения в выполнении тактических действий в нападении и защите повышенной интенсивности и дозировки с целью совершенствования навыков тактических действий, технических приёмов и развития специальных качеств.
- Учебные игры. Система заданий в игре, включающая основной программный материал по технической и тактической подготовке. В эту систему вводятся задания на переключения в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий. Задания дифференцируются также с учётом игровых функций обучающихся.

- Контрольные игры. Применяются в учебных целях, как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Проводятся регулярно, учитывая наполняемость учебной группы. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.
- Календарные игры. Установка на игру, разбор игр. Отражение в заданиях, в учебных играх результатов анализа календарных игр.

Рекомендации по планированию спортивных результатов

Спортивные результаты могут планироваться как на предстоящий год, так и на олимпийский четырехлетний цикл. Необходимо планировать не только результат, но и возможное занятое спортсменом место на соревнованиях. Тренер-преподаватель определяет контрольные, отборочные и основные соревнования предстоящего цикла спортивной подготовки.

Тренер-преподаватель должен ставить посильные, реально выполнимые задачи перед своими обучающимися и при планировании результатов должен учитывать следующие факторы:

- возраст обучающегося;
- опыт обучающегося;
- результаты, показанные обучающимся в предыдущем сезоне;
- состояние здоровья, обучающегося;
- уровень спортивной мотивации обучающегося;
- уровень психологической устойчивости обучающегося, его моральное состояние;
- наличие каких-либо проблем в учебном заведении (если обучающегося проходит обучение);
- прочие обстоятельства, от которых зависит успешная спортивная подготовка обучающегося;

В процессе спортивной подготовки в течение спортивного сезона планируемые результаты могут изменяться в ту или иную сторону.

Психологическая подготовка

Психологическая подготовка обучающегося – это организованный, управляемый процесс реализации его потенциальных психических возможностей в объективных результатах, адекватных этим возможностям. То же можно говорить о подготовке команды, у которой есть свои потенциальные психические возможности. Они не являются суммой возможностей игроков, а становятся чем-то принципиально новым: у каждой команды есть свой характер, темперамент, свое отношение к тому или иному сопернику.

Психологическая подготовка, являясь составной частью общей системы спортивной тренировки, зависит от других ее форм: физической, технической тактической. При низком уровне развития физических качеств, независимо от полезности приёмов психической регуляции, команда не может добиться высоких спортивных достижений, её результат будет адекватен возможностям, т.е. невысоким.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности обучающегося и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

Основными задачами психологической подготовки являются:

- привитие устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование установки на тренировочную деятельность;
- формирование волевых качеств занимающегося;
- совершенствование эмоциональных свойств личности;
- развитие коммуникативных свойств личности.

К числу главных методов психологической подготовки относятся беседы, разъяснения, методы моделирования соревновательной ситуации через игру. В программу занятий следует вводить ситуации, требующие преодоления трудностей.

Принято различать три основных вида психологической подготовки, связанных друг с другом, но направленных на решение самостоятельных задач:

- 1) Общая психологическая подготовка;
- 2) Специальная психологическая подготовка к соревнованиям;
- 3) Психологическая защита в конкретном соревновании.

Общая психологическая подготовка решается двумя путями. Первый предполагает обучение обучающегося универсальным приёмам, обеспечивающим психологическую готовность человека к деятельности в экстремальных условиях: способам саморегуляции эмоциональных состояний, уровня активации, обеспечивающей эффективную деятельность, концентрации и распределению внимания, способам мобилизации на максимальные волевые и физические усилия. Второй путь предполагает обучение приёмам моделирования условий соревновательной борьбы.

Общая психологическая подготовка напрямую связана и с воспитательным процессом: применение любого педагогического средства только тогда полезно, когда тренер-преподаватель знает психологические особенности каждого своего подопечного (характер, темперамент, мотивацию занятий баскетболом, волевые качества) и команды в целом (взаимосвязь разных социальных микрогрупп, роль лидеров, наличие конкретных аутсайдеров – «колов отпущения»).

В том случае, когда цель психологической подготовки – подведение обучающегося к высшему уровню готовности к ответственным играм, её направленность существенно меняется. Она направлена на решение таких частных задач, как ориентация на те социальные ценности, которые являются ведущими для данной команды, формирование у обучающегося и команды психических «внутренних опор», преодоление психических барьеров, особенно тех, которые возникают в игре с конкретным соперником, психологическое моделирование условий предстоящей борьбы, форсирование «сильных» сторон психологической подготовленности каждого игрока и команды в целом, создание психологической программы действий непосредственно перед игрой. Начинается такая подготовка с планирования, когда тренер-преподаватель, зная индивидуальные особенности каждого игрока и «характер» своей команды, а также состояние в настоящее время, заранее подбирает средства повышения или понижения психического напряжения последних тренировок, при общей тенденции к снижению такого напряжения в последние дни перед соревнованием иногда бывает смысл повысить его уровень, сделать своего рода «разрядку», после чего легче стабилизировать психическое состояние игрока.

Особую роль в специальной психологической подготовке играет процесс формирования социальной микросреды в команде, хотя это постоянно осуществляется в учебно-тренировочном процессе, непосредственно перед играми приобретает особую остроту. При просмотре видеозаписи игры соперников, тренер-преподаватель обращает внимание не столько на его сильные, сколько на слабые стороны, особенно если заметны моменты растерянности команды. При просмотре собственных игровых действий выделяются примеры успешных действий тех, кто в настоящий момент не чувствует уверенности в своих силах.

Непосредственно в день игры основная направленность регулирующих воздействий – создание спокойной боевой уверенности. При этом воздействия, в основном перемещаются из сферы сознания обучающегося в сферу бессознательного, т.е. нередко средствами регуляции только обозначаются условными знаками и как бы не замечаются. Психологическая работа начинается с создания чувства уверенности в успехе.

В структуру психологической подготовки обучающегося включены следующие компоненты:

- становление личности обучающегося, через волевые, эмоциональные, коммуникативные и интеллектуальные качества личности;
- разработка и совершенствование содержания «психологической настройки» обучающегося в день соревнований через систему жизнедеятельности обучающегося, организацию внимания в предстартовый период соревновательной деятельности.

Психологическая подготовка к соревнованиям состоит из двух разделов: общая психологическая подготовка к соревнованиям, которая проводится в течении всего года, и специальная психологическая подготовка к выступлению на конкретных соревнованиях. В ходе общей психологической подготовки к соревнованиям, формируются высокий уровень соревновательной мотивации, соревновательные черты характера, предсоревновательная и соревновательная

эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю и саморегуляции в соревновательной обстановке.

Режимы учебно- тренировочной работы и периоды отдыха

Физические нагрузки назначаются тренером-преподавателем с учётом возраста, пола и состояния здоровья обучающихся и в соответствии с нормативами физической подготовки и иными спортивными нормативами, предусмотренными федеральными стандартами спортивной подготовки.

Сроки начала и окончания учебно-тренировочного процесса (спортивного сезона) определяются с учётом сроков проведения официальных спортивных мероприятий, в которых планируется участие обучающихся.

Построение спортивной подготовки зависит от календаря спортивных соревнований, периодизации спортивной подготовки. В каникулярное время обучающиеся могут быть привлечены к работе на учебно -тренировочных сборах. В таких условиях объёмы недельной нагрузки могут быть увеличены, но не должны превышать 50% от её планируемых базовых величин.

Перечень учебно-тренировочных мероприятий

Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются учебно-тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) учебно-тренировочного процесса в соответствии с перечнем учебно-тренировочных сборов.

N п/п	Вид тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учёта времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21

1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	До 10 суток		
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год		
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		-

Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, её осуществляющих, в спортивной соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол»

Требования к участию в спортивных соревнованиях, обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положением (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях, согласно Единой спортивной классификации и правилам вида спорта «баскетбол»;

- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

Спортивная школа, реализующая Программу, направляет обучающихся и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утверждённого плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

Контрольные соревнования проводятся с целью определения уровня подготовленности обучающихся, оценивается уровень развития физических качеств, выявляются сильные и слабые стороны спортсмена. Контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования различного уровня, так и специально организованные спортивной школой.

Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных соревнованиях и выполнении требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Основные соревнования проводятся с целью достижения спортивных результатов и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Планируемый объём соревновательной деятельности по виду спорта

Виды спортивных соревнований, игр	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	1	1	3	3	5	5
Отборочные	–	–	1	1	1	1
Основные	–	–	3	3	3	3
Игры	10	10	30	40	40	40
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»						
Контрольные	–	–	10	10	5	5
Отборочные	–	–	1	1	1	1
Основные	–	–	3	3	5	10
Игры	–	–	20	20	20	20

6. Годовой учебно-тренировочный план спортивной подготовки

К условиям реализации Программы относится трудоёмкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объёмы времени на её реализацию) обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Программа рассчитывается на 52 недели в год для всей спортивной школы.

Учебно-тренировочный процесс в спортивной школе ведётся в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом. При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки её продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, реализующих Программу.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы устанавливается в часах и не должна превышать:

- спортивно-оздоровительный этап- от одного часа тридцати минут до трёх часов;
- на этапе начальной подготовки - двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - четырех часов.

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

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

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Виды подготовки	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	Один год	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
Общая физическая подготовка (%)	18 - 20	16 - 18	14 - 16	12 - 14	10 - 12	10 - 12
Специальная физическая подготовка (%)	12 - 14	14 - 16	16 - 18	16 - 18	18 - 20	18 - 20
Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	-	5-10	7-12	7-14	8-16
Техническая подготовка (%)	30 - 32	28 - 30	24 - 26	20 - 22	12 - 14	12 - 14
Тактическая подготовка, психологическая подготовка (%)	14 - 18	14 - 18	16 - 18	20 - 24	20 - 24	18 - 22
Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	1-3	1-4	2-4	2-4

Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-3	1-3	2-4	2-4	4-6	5-10
Интегральная подготовка (%)	8 - 10	10 - 12	16 - 18	16 - 20	18 - 24	18 - 24

Примерный годовой учебно-тренировочный план

№ п/ п	Виды подготовки и иные мероприятия	Спортивно-оздоровительный этап	Этапы и годы подготовки																				
			Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)								Этап совершенствования спортивного мастерства				Этап высшего спортивного мастерства						
			До года	Свыше года	До трёх лет				Свыше трёх лет														
		Наполняемость групп (человек)																					
		5-40	15-30	15-30	12-24				12-24				6-12				4-8						
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах																					
		1,5-3	1,5-2	2	2-3				2-3				2-4				2-4						
		Недельная нагрузка в часах																					
		4,5-18	4,5-6		6-8		8-14				12-18				16-24				20-32				
			4,5	6	6	8	8	10	12	14	12	14	16	18	16	18	20	24	20	24	28	32	
1	Общая физическая подготовка	44-144	44	65	65	78	56	42	74	122	74	122	95	144	95	144	100	144	100	144	129	168	
2	Специальная физическая подготовка	39-220	39	54	54	62	72	54	106	137	106	137	109	220	109	220	180	220	180	220	240	284	
3	Участие в спортивных соревнованиях	0-154	-	-	-	-	26	24	54	70	54	70	106	154	106	154	160	154	160	154	160	190	
4	Техническая подготовка	54-142	54	86	86	138	109	110	140	149	140	149	140	142	140	142	170	142	170	142	238	264	
5	Тактическая подготовка, психологическая подготовка	48-208	48	57	57	82	70	114	142	136	142	136	182	208	182	208	180	208	180	208	243	288	
6	Теоритическая подготовка	6-56	6	8	8	10	14	10	36	26	36	26	48	56	48	56	40	56	40	56	50	50	
7	Инструкторская и судейская практика	0-22	-	-	-	-	10	10	14	14	14	14	14	22	14	22	20	22	20	22	20	20	
8	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия	17-16	17	12	12	14	16	14	12	16	12	16	12	16	12	16	16	16	16	16	16	16	
9	Тестирование и контроль	10-40	10	12	12	10	11	10	10	10	10	10	20	40	20	40	40	40	40	40	40	40	
10	Интегральная подготовка	16-246	16	18	18	22	32	32	36	48	36	48	106	246	106	246	134	246	134	246	320	344	
Общее количество часов в год		234-936	234	312	312	416	416	420	624	728	624	728	832	936	832	936	1040	1248	1040	1248	1456	1664	

7. Примерный календарный план воспитательной работы

Примерный календарный план воспитательной работы составляется спортивной школой на учебно-тренировочный год с учётом учебно-тренировочного плана-графика и следующих основных задач воспитательной работы:

- формирование духовно-нравственных, морально-волевых и этических качеств;
- воспитание лидерских качеств, ответственности и патриотизма;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- привитие навыков здорового образа жизни;
- формирование основ безопасного поведения при занятиях спортом;
- развитие и совершенствование навыков саморегуляции и самоконтроля.

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Спортивные соревнования различного типа	В течении года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия	В течении года
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	Медико-биологическое исследование	Прохождение медицинского осмотра	2 раза в год
3.	Патриотическое воспитание спортсменов		
3.1.	Теоретическая подготовка	Беседы	В течении года
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка	Формирование умений и навыков во время учебно-тренировочного процесса и спортивных мероприятиях, способствующих достижению спортивных результатов	В течении года

8. Примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

На основании положений Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте, принятой Генеральной конференцией ЮНЕСКО на 33-й сессии в городе Париже 19 октября 2005 г. (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 24, ст. 2835) и ратифицированной Федеральным законом от 27 декабря 2006 г. № 240-ФЗ «О ратификации Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, №1(1 ч.), ст. 3) и в соответствии с пунктом 1 части 9 статьи 26 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242) приказом Минспортом России от 24 июля 2021 года № 464 утверждены Общероссийские антидопинговые правила. Российская Федерация взяла на себя обязательства по реализации основных положений настоящей Конвенции.

Приказом Минспорта России от 24 июля 2021 г. № 464 утвержден комплекс мер по антидопинговому обеспечению в Российской Федерации, направленный на совершенствование нормативно-правовой базы, материально-технического и кадрового обеспечения, осуществления

международного сотрудничества и взаимодействия с заинтересованными организациями, проведение образовательной и научно-исследовательской деятельности.

Антидопинговая работа, проводимая в спортивной школе, планируется и проводится в соответствии с нормативно-правовой базой.

Основная цель проведения антидопинговых мероприятий в организации - повышение уровня знаний в вопросах борьбы с допингом и предотвращение использования допинга в спорте. Основная задача - предотвращение использования запрещенных в спорте субстанций спортсменами Учреждения.

Основные направления антидопинговой работы:

- мониторинг и анализ действующего антидопингового законодательства в течение года;
- обсуждение актуальных вопросов антидопинга на тренерско-педагогических советах, проведение первичного инструктажа по антидопинговому законодательству тренеров-преподавателей при поступлении на работу;
- ознакомление с антидопинговыми правилами спортсменов;
- проведение первичного инструктажа по антидопинговому законодательству спортсменов, информирование спортсменов об изменениях в Общероссийских антидопинговых правилах
- сертификация в РУСАДА тренеров-преподавателей, спортсменов этапов ТЭ, ССМ, ВСМ 1 раз в год.

Примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга
в спорте и борьбу с ним

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раза в год	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов
			Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раза в год	Научить спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов
			Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования
			Информирование спортсменов об изменениях в Общероссийских антидопинговых правилах

9. Примерный план инструкторской и судейской практики

Приобретение навыков судейства и самостоятельной практики проведения учебно-тренировочных занятий является обязательным на всех этапах спортивной подготовки и имеет большое воспитательное значение.

Навыки организации и проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований приобретаются на протяжении многолетней подготовки в процессе теоретических знаний и практической работы в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства. Обучающиеся тренировочных этапов (этап спортивной специализации), этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства должны знать правила соревнований по баскетболу и участвовать в судействе соревнований.

В течении всего периода обучения тренеру-преподавателю необходимо привлекать обучающихся к организации учебно-тренировочных занятий и проведению соревнований. Инструкторская и судейская практика приобретается на занятиях и вне их. Все обучающиеся должны освоить некоторые навыки учебно-тренировочной работы и навыки судейства соревнований.

Этап спортивной подготовки	Инструкторская практика	Судейская практика	Сроки проведения
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Построить группу и подать основные команды на месте и в движении. 2. Составить конспект и провести разминку в группе. 3. Провести учебно-тренировочное занятие в младших группах под наблюдением тренера-преподавателя. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знать правила заполнения протокола. 2. Участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером-преподавателем. 3. Провести судейство учебных игр в поле (самостоятельно). 	В течении годового учебно-тренировочного процесса
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	<ol style="list-style-type: none"> 1. Построить группу и подать основные команды на месте и в движении. 2. Составить конспект и провести разминку в группе. 3. Провести учебно-тренировочное занятие группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) под наблюдением тренера-преподавателя. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составить положение о проведении внутришкольных соревнованиях по баскетболу. 2. Знать правила заполнения протокола. 3. Участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером-преподавателем. 4. Провести судейство учебных игр в поле (самостоятельно). 5. Постоянно совершенствовать судейскую практику в качестве судьи в поле и в составе секретариата. 	В течении годового учебно-тренировочного процесса

10. Примерный план медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Любая нагрузка требует восстановления затрат. Сегодня учебно-тренировочная работа и восстановление – равные по значению стороны приобретения спортивной подготовленности. Со значительным увеличением нагрузок в современном спорте и требовании адаптации к ним возросло и внимание к восстановлению.

Главное условие для эффективного восстановления – отдых в его разных видах. Способность восстанавливаться во время работы чрезвычайно важная сторона подготовленности спортсмена. Этому способствуют отсутствие у спортсмена излишних психических и мышечных напряжений в упражнениях, расслабление, биомеханическая целенаправленность и экономичность движений.

Огромное значение имеет контроль состояния здоровья обучающихся, осуществляется дважды в год во врачебно – физкультурном диспансере, оценивается состояние здоровья, физического здоровья, физического развития, уровень функциональных и резервных возможностей.

Именно там обучающиеся получают допуск к занятиям спортом и к соревновательной деятельности. Текущие медицинские обследования могут проводиться спортивным врачом в лицензированном медицинском кабинете. Оперативные исследования предусматривают оценку срочного учебно-тренировочного эффекта и проходят непосредственно во время учебно-тренировочного процесса.

Тренер-преподаватель на основании результатов и анализа контрольно-переводных нормативов и контрольных заданий на соревнованиях, даёт оценку уровня подготовленности и готовности спортсмена к выполнению поставленных перед ним двигательных задач.

Врачебный контроль представляет собой систему медицинских и педагогических наблюдений, обеспечивающих эффективное использование средств и методов физического воспитания, укрепления здоровья и совершенствования физического развития.

Следует систематически проводить обследования обучающихся, до и после учебно-тренировочного занятия. Для правильной организации учебно-тренировочного процесса, тренер-преподаватель, консультируется со спортивным врачом врачебно-физкультурного диспансера или спортивной школы.

Самоконтроль обучающихся – это система наблюдений обучающегося за своим здоровьем, переносимостью учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, а также физической, технической и психологической подготовленностью.

Многолетняя спортивная подготовка связана с постоянным ростом учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, выполнения больших по объёму и интенсивности нагрузок и сохранение высокой работоспособности невозможно без использования восстановительных мероприятий. Средства восстановления используются при снижении спортивной работоспособности или при ухудшении переносимости учебно-тренировочных нагрузок. Система восстановительных мероприятий имеет комплексный характер, включает в себя различные средства, при применении которых нужно учитывать возраст, спортивный стаж квалификацию и индивидуальные (возрастные) особенности спортсменов.

План медицинских мероприятий

Этап спортивной подготовки	Мероприятия	Сроки проведения
Спортивно-оздоровительный этап	Медицинские осмотры во врачебно-физкультурном диспансере	1-2 раза в год
Этап начальной подготовки	Медицинские осмотры во врачебно-физкультурном диспансере	1-2 раза в год
	Медицинские осмотры для допуска к соревнованиям	В период допуска к соревнованиям

Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Медицинские осмотры во врачебно-физкультурном диспансере	1-2 раза в год
	Применение психологических средств	В течении года
	Применение гигиенических средств	В течении года
	Медицинские осмотры для допуска к соревнованиям	В период допуска к соревнованиям
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	Медицинские осмотры во врачебно-физкультурном диспансере	1-2 раза в год
	Применение психологических средств	В течении года
	Применение гигиенических средств	В течении года
	Медицинские осмотры для допуска к соревнованиям	В период допуска к соревнованиям

III. Система контроля

11. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее-обучающейся) необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы. В том числе, к участию в спортивных соревнованиях.

11.1. На спортивно-оздоровительном этапе:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «баскетбол»;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку);
- получать общие знания об антидопинговых правилах;

11.2. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «баскетбол»;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку);
- получать общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки.

11.3. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоритической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «баскетбол» и успешно применить их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий;
- овладеть общим теоретическим знанием о правилах вида спорта «баскетбол»;
- изучить антидопинговые правила и не нарушать их;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушения;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования, соревнований субъекта Российской Федерации.

11.4. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоритической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку) спортивных мероприятий;

- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «баскетбол»;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушения;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.

11.5. На этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствовать уровень физической, технической, тактической, теоритической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку) спортивных мероприятий;
- знать и соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушения;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.

12. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой спортивной школой, реализующей Программу.

13. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку, на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «баскетбол».

13.1. Нормативы общей физической и специально физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «баскетбол».

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более		не более	
			10,3	10,6	9,6	9,9
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	130	120
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			20	16	22	18
2.2.	Бег на 14 м	с	не более		не более	
			3,5	4,0	3,4	3,9

13.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этапе спортивной специализации) по виду спорта "баскетбол"

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девочки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			13	7
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,0	9,4
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			150	135
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			32	28
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			10,0	10,7
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			35	30
2.3.	Челночный бег 10 площадок по 28 м	с	не более	
			65	70
2.4.	Бег на 14 м	с	не менее	
			3,0	3,4
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трёх лет)		Не устанавливается	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трёх лет)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»	

13.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта "баскетбол"

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девочки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			36	15
1.2.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			35	31
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			8,6	9,4
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			39	34
2.3.	Челночный бег 10 площадок по 28 м	с	не более	
			60	65
2.4.	Бег на 14 м	с	не менее	
			2,6	2,9
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «первый спортивный разряд»			

13.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта "баскетбол"

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/	девочки/

			мужчины	женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег 30 м	с	не более	
			4,7	5,0
1.2.	Стибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			36	15
1.2. 1.3.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			215	180
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			39	34
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			8,0	8,9
2.2.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			49	45
2.3.	Челночный бег 10 площадок по 28 м	с	не более	
			55	60
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

14. Если на одном из этапов спортивной подготовки (за исключением спортивно-оздоровительного этапа), результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, прохождение следующего этапа спортивной подготовки не допускается. Вне зависимости от результатов прохождения любого этапа спортивной подготовки, граждане вправе продолжить прохождение спортивной подготовки на спортивно-оздоровительном этапе.

15. В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки (за исключением спортивно-оздоровительного этапа) результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки. По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося образовательная организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, осуществляет перевод такого обучающегося

на соответствующую дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта (при ее реализации)

16. На спортивно-оздоровительный этап не распространяются требования федеральных стандартов спортивной подготовки.

IV. Рабочая программа по виду спорта «баскетбол»

17. Рабочая программа тренера-преподавателя составляется на каждый реализуемый этап спортивной подготовки на основании Программы спортивной школы.

Рабочая программа тренера-преподавателя обеспечивает достижение планируемых результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорту «баскетбол» на этапах спортивной подготовки.

Функции рабочей программы тренера-преподавателя:

- нормативная, то есть является документом, обязательным для выполнения тренером-преподавателем в полном объеме;
- целеполагающая, то есть определяет ценности и задачи, ради достижения которых она введена на этапах спортивной подготовки по годам обучения;
- содержательная, то есть фиксирует состав элементов содержания, подлежащих усвоению обучающимися (требования к минимуму содержания);
- процессуальная, то есть определяет логическую последовательность усвоения элементов содержания, организационные формы и методы, средства и условия учебно-тренировочного процесса;
- оценочная, то есть выявляет уровни усвоения элементов содержания, объекты контроля и критерии оценки уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки обучающихся.

Рабочая программа тренера-преподавателя разрабатывается на основе «Дополнительной образовательной Программы спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» с учётом учебно-тренировочных групп тренера – преподавателя.

Содержание рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист (на бланке спортивной школы):

- 1.1. Гриф согласования с руководителем спортивной школы;
- 1.2. Название рабочей программы тренера-преподавателя, фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя, этап спортивной подготовки, год обучения, срок реализации (не более года);

II. Пояснительная записка:

2.1. Цель и задачи этапа спортивной подготовки;

III. Нормативно-методические инструментарины тренировочного процесса:

- 3.1. Годовой план-график спортивной подготовки (для реализуемых этапов);
- 3.2. План-график по месяцам;
- 3.3. Индивидуальный план спортивной подготовки составляется на период индивидуальных занятий.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «баскетбола»

18. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «баскетбол» основаны на особенностях вида спорта «баскетбол» и его спортивных дисциплин. Реализация Программы проводится с учётом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «баскетбол», по которым осуществляется спортивная подготовка.

18.1. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «баскетбол» учитываются спортивной школой, реализующей Программу, при формировании Программы, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

18.2. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

18.3. Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «баскетбол» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

18.4. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «баскетбол».

VI. Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

19. Спортивная школа, реализующая Программу, обеспечивает учебно-тренировочный процесс посредством реализации Программы, направленной на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации и систематического участия указанных лиц в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения их в состав спортивных сборных команд. (Пункт 2 части 3 статьи 84 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2021. № 18, т. 3071).

19.1. Спортивная школа и осуществление образовательной деятельности по Программе спортивной подготовки проводятся с учётом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп, организации и проведения промежуточной аттестации.

19.2. Для обеспечения непрерывного учебно-тренировочного процесса спортивная школа:

19.2.1. Определяет сроки начала и окончания учебно-тренировочного процесса с учётом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий (далее - спортивный сезон), в которых планируется участие лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – обучающихся).

19.2.2. Проводит учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).

19.2.3. Использует следующие виды планирования учебно-тренировочного процесса:

- перспективное, позволяющее определить сроки реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с учётом олимпийского цикла;

- ежегодное, позволяющее составить план проведения групповых и индивидуальных учебно-тренировочных занятий, промежуточной и итоговой (в случае её проведения) аттестации;

- ежеквартальное, позволяющее спланировать работу по проведению индивидуальных учебно-тренировочных занятий, самостоятельную работу обучающихся по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), участие в спортивных соревнованиях и иные физкультурные мероприятия;

- ежеквартальное, составляемое не позднее чем за месяц до планируемого срока проведения учебно-тренировочных занятий, включающее инструкторскую и судейскую практику, а также медико-восстановительные и другие мероприятия.

19.2.4. Составляет и использует индивидуальные планы, учебно-тренировочные планы для обучающихся, включённых в списки кандидатов в спортивные сборные субъекта Российской Федерации

Федерации и (или) в спортивные сборные команды российской Федерации, включённых в составы Баскетбольных Клубов Российской Федерации.

19.2.5. Формирует количественный состав обучающихся для участия в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) с учётом планирования обучающихся в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, включённых в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в календарные планы субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5 –кратного численного состава команды (от количества обучающихся в заявочном составе, количества спортивных дисциплин, том числе спортивных дисциплин, включающих группы, команды, состоящие из двух человек и более).

19.2.6. Организует обучающихся в отдельные общеобразовательные классы, по договоренности с общеобразовательной школой. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией спортивной школы, с целью установления более благоприятного режима учебно-тренировочных занятий, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных школах и других учреждениях.

19.3. Объединяет (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий, в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

19.4. Проводит (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся, в командных игровых видах спорта - трёх спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

19.5. При комплектовании учебно-тренировочных групп спортивная школа:

19.5.1. Формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта «баскетбол» и этапам спортивной подготовки.

Допускается одновременное проведение учебно-тренировочных занятий с обучающимися, в группах на разных этапах спортивной подготовки, если:

- объединенная группа состоит из обучающихся на этапах начальной подготовки и тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) первого и второго года спортивной подготовки;
- объединенная группа состоит из обучающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) с третьего по пятый год спортивной подготовки и этапе совершенствования спортивного мастерства;
- объединенная группа состоит из обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

19.5.2. Учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций.

19.5.3. Определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учётом федерального стандарта спортивной подготовки.

19.5.4. Наполняемость групп определяется спортивной школой с учётом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта), используемого при реализации Программы.

19.5.5. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» и его спортивных дисциплин определяется спортивной школой самостоятельно.

19.5.6. Для зачисления и перевода в группы на этапах спортивной подготовки необходимо наличие спортивного разряда:

- на этапе совершенствования спортивного мастерства - "первый спортивный разряд";
- на этапе высшего спортивного мастерства - "кандидат в мастера спорта".

19.6. Промежуточная аттестация проводится спортивной школой не реже одного раза в год и включает в себя оценку уровня подготовленности обучающегося посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки, а также результатов выступления обучающихся, на официальных спортивных соревнованиях.

Перенос сроков промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению спортивной школы, в случае невозможности проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы.

19.7. Порядок присвоения спортивных разрядов.

Спортивные разряды КМС и «первый спортивный разряд» присваиваются сроком на 3 и 2 года Органами исполнительной власти по представлению на спортсмена, выполнившего разряд.

Спортивные разряды «второй спортивный разряд» и «третий спортивный разряд» присваиваются сроком на 2 года органами местного самоуправления муниципальных районов и городских округов по представлению на спортсмена, выполнившего разряд.

Спортивные разряды «первый юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «третий юношеский спортивный разряд» присваиваются сроком на 2 года спортивной школой по представлению тренера-преподавателя.

Подробности о присвоении спортивных разрядов содержит «Положение о Единой всероссийской спортивной классификации».

Положение, нормы, требования и условия их выполнения, включенные в ЕВСК, размещаются на официальном сайте Министерства спорта в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Информация о присвоении спортивных разрядов размещена на официальном сайте Министерства спорта Московской области <https://mst.mosreg.ru/>.

20. Условия зачисления в спортивную школу.

В спортивную школу зачисляются желающие заниматься баскетболом.

На спортивно-оздоровительный этап зачисляются желающие заниматься баскетболом без тестирования.

На этап спортивной подготовки зачисляются лица, прошедшие тестирование по физической подготовке.

Для зачисления в спортивную школу необходимо иметь следующие документы:

- заявление родителей (законных представителей), заявка на портале государственных услуг;
- медицинская справка о состоянии здоровья ребенка, выданная лечебным учреждением по месту жительства;
- свидетельство о рождении;
- полис ОМС

VII. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

21. Требования к материально – техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием, которых, является право пользования соответствующей материально – технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для осуществления спортивной подготовки;
- обеспечение спортивной экипировкой;
- обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных

мероприятий;

- медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем,
необходимыми для осуществления спортивной подготовки

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

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплуатац и (лет)	количе ство	срок эксплуатац ии (лет)
1.	Мяч баскетбольный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	0,5	1	0,5

ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ЭКИПИРОВКОЙ

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплу атации (лет)	количе ство	срок эксплуатац ии (лет)	количе ство	срок эксплу атации (лет)
1.	Гольфы	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1
2.	Костюм ветрозащитный	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
3.	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	-	-	-	-	1	2
4.	Кроссовки для баскетбола	пар	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	3	1
5.	Кроссовки легкоатлетические	пар	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	2	1
6.	Майка	штук	на обучающегося	-	-	4	1	4	1	6	1
7.	Носки	пар	на обучающегося	-	-	2	1	4	1	6	1
8.	Полотенце	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
9.	Сумка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
10.	Фиксатор голеностопного сустава (голеностопник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1

11.	Фиксатор коленного сустава (наколенник)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
12.	Фиксатор лучезапястного сустава (напульсник)	комплект	на обучающегося	-	-	-	-	2	1	2	1
13.	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	2	1	3	1	4	1
14.	Шапка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	1	1	1
15.	Шорты спортивные (трусы спортивные)	штук	на обучающегося	-	-	3	1	5	1	5	1
16.	Шорты эластичные (тайсы)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1

22. Требования к кадровому составу спортивной школы, реализующей Программу:

22.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер – преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 г. № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021 г., регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 г. № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2021 г., регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 г. № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022 г., регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 г. № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011 г., регистрационный № 22054).

22.2. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учётом специфики вида спорта «баскетбол», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

23. Говоря об информационно-методическом условии реализации Программы, следует отметить, что научно-методическая информация поступает из нескольких источников, а именно:

- печатная продукция (книги, журналы, газеты, справочники, методическая и деловая документация);
- видео, аудио, продукция (диски, кассеты, видео, кинофильмы);
- конференции, семинары, мастер-классы, презентации и т.д.
- получение новейшей информации по всемирной сети «Интернет».

При разработке Программы использовались источники:

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ.
2. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», принят Государственной Думой 14.04.2021 г. (одобрен Советом Федерации 23.04.2021 г.)
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.
4. Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» № 52 – ФЗ от 30.03.1999 г.
5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол», утвержден приказом Минспорта России 16 ноября 2022 г. № 1006 (зарегистрирован Минюстом России 19 декабря 2022 г. №71656). «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол».
6. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол», утверждена приказом Минспорта России от 21.12.2022 г. № 1312 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.08.2022 г. регистрационный № 69543)
7. Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утверждены приказом Минспорта России от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 26.08.2022 г. регистрационный № 69795).
8. Баскетбол. Азбука спорта. Костикова Л. В.- М: ФиС, 2001 г.
9. Спортивные игры. Учебник для ВУЗов. Том 2/ под редакцией Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова- М: Изд. Центр Академия, 2004 г.

10. Озолин Н.Г. Наука побеждать/Н.Г.Озолин , М: Астрель: Полиграфиздат, 2011 г.
 11. Губа В.П. Особенности отбора в баскетболе/ В.П. Губа, С.Г. Фомин, С.В. Чернов-М: Физкультура и спорт, 2006 г.
 12. Программа дисциплины «Теория и методика баскетбола». Для ВУЗов ФК/ под редакцией Ю.М. Портнова М., 2004 г.
 13. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса/Ю.В. Верхошанский–М: Физкультура и спорт, 1985 г.
 14. Гомельский А.Я. Баскетбол, секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский – М: Гранд,1997.
 15. Гомельский А.Я. Управление командой в баскетболе/ А.Я. Гомельский М: ФиС , 1967 г.
 16. Грошев А. М. Обеспечение надежности бросков мяча в баскетболе : автореферат канд. педаг. Наук / А.М. Грошев, п. Малаховка,2005 г.
- Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования при реализации Программы:
- <http://www.basket.ru>
 - <http://www.sport.ru>
 - <http://www.slamdunk.ru>
 - <http://www.world-sport.org>
 - <http://www.consultant.ru>
 - <http://www.minsport.gov.ru>
 - <http://www.sport.mos.ru>
17. Методические рекомендации «Алгоритм составления дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на примере игровых видов спорта» ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» 06.02.2023 г.