

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ ТЫВА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТЫВА
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОВИЮРСКОГО КОЖУУНА»**

Принята на заседании
педагогического совета
ГБУ ДО РТ «СПШ Овиюрского кожууна»
Протокол № 1
от « 09 » сентября 20 23 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО РТ
«СПШ Овиюрского кожууна»


« 09 » сентября 20 23 г.

Достай В.М.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ПО ВИДУ СПОРТА «БАСКЕТБОЛ»
на этапах НП, Т, ССМ, ВСМ**

(разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями
по виду спорта с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки
по виду спорта «Баскетбол», утвержденного приказом
Министерства спорта Российской Федерации от 16 ноября 2022 года № 1006)

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол»

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке баскетбола с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол», утвержденным приказом Минспорта России от 16 ноября 2022 г. № 1006 (далее – ФССП).

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.

3. Программа позволяет комплексно решать оздоровительные, развивающие, воспитательные задачи, обеспечивая дифференцированный подход к детям, их физической подготовке, состоянию здоровья.

Образовательные задачи:

- изучение истории и терминологии вида спорта;
- изучение правил соревнований, технических и тактических приемов;
- изучение правил гигиены, питания.

Развивающие задачи:

- развитие общефизической подготовленности дыхательной, сердечно-сосудистой системы, укрепление опорно-двигательного аппарата,
- развитие личностных качеств – дисциплинированность, терпение, трудолюбие, самостоятельность, ответственность, работоспособность, чувство товарищества, ценностное отношение к себе, людям, окружающему миру.

Воспитательные цели:

- воспитание у подростков желания самостоятельно заниматься физической культурой и спортом, сознательно применять полученные знания в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание положительной мотивации к познанию, творчеству и достижению цели;
- формирование адекватного поведения в различных социальных ситуациях;
- формирование умения анализировать проделанную работу, планировать и организовывать дальнейшую деятельность;
- формирование основ эффективной самостоятельной деятельности и организации свободного времени.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

4. Баскетбол – игра коллективная, успех которой зависит от слаженности действий и взаимопонимания игроков, что достигается за счет подчинения собственных интересов интересам команды. Именно игра в баскетбол может показать всю красоту, многогранность, легкость движений и, в то же время, захватывающие скорости и мгновения в принятии игроками сложных игровых технических и тактических решений. Целесообразность действий спортивной команды определяется, прежде всего, техникой исполнения движений и специальных приемов.

Спортивная дисциплина «мини-баскетбол» отличается тем, что играют команды по пять игроков в каждой, хотя допускаются и «уменьшенные» составы – вплоть до 2х2. Нередко проводятся матчи между смешанными командами (в состав которых входят и мальчики, и девочки). Игра идет четыре тайма по 6 минут. Несколько отличаются от классического баскетбола и сами правила игры. В мини-баскетболе, например, не фиксируется чистое время и не действует «правило трех секунд».

В спортивной дисциплине «баскетболе 3х3» играют только на одно кольцо, поэтому размеры площадки (15 на 11 метров) здесь меньше, чем в баскетболе 5х5 (28 на 15). В состав команды

в баскетболе 3х3 входят четыре человека – трое на площадке и один на замене. Матч длится 10 минут (без деления на четверти), либо до набора одной из команд 21 очка. В случае ничьи по итогам основного времени играется овертайм, в котором побеждает команда, которая первой наберет 2 очка. Одно из необычных отличий баскетбола 3х3 – отсутствие тренеров. То есть тренеры у команд есть, но им запрещено присутствовать на площадке или руководить своими подопечными с трибуны.

Интерактивный баскетбол (кибер баскетбол) – это симуляция баскетбольных матчей с участием живых игроков и команд. По сути, это виртуальное событие, компьютерная модель живого матча, управляемая реальными людьми с целью выявить команду победителя, не ограниченную физическими навыками участников процесса и их местом нахождения. Уметь играть в реальный баскетбол, учиться дриблингу и ведению мяча, а также точному пасу, для участия в виртуальном баскетболе не требуется. Важно умело управлять джойстиком и понимать основные правила игры.

5. 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	сроки 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)	5	11	10
этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	6
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	не устанавливается
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3х3»			
Этап начальной подготовки	3	8	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	11	8
этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	6
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	4

6. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		учебно-тренировочный этап		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	10	12	18	24
Общее количество часов в год	234	312	520	624	936	1248

7. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

7.1. Учебно-тренировочные занятия.

Основными формами учебно-тренировочного процесса и процесса спортивной подготовки являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в астрономических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся. Астрономический час равен 60 минут.

7.2. Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/ п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)				Число участников тренировочного мероприятия
		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 спортивным соревнованиям	-	-	21	21	определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
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 спортивным соревнованиям	-	14	18	18	
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к 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	не менее 70 % от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе

2.	Восстановительные мероприятия	-	-	до 14 дней	участники соревнований
2. 3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	до 5 дней, но не более 2 раза в год	в соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2. 4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	до 21 дня подряд и не более двух тренировочных мероприятий в год		-	не менее 60 % от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2. 5.	Просмотровые тренировочные мероприятия для кандидатов на зачисление в организации, осуществляющие спортивную подготовку	-	до 60 дней		в соответствии с правилами приема

7.3. Объем соревновательной деятельности

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	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 трех лет	свыше трех лет		
1	Контрольные	1	1	3	3	5	5
2	Отборочные	-	-	1	1	1	1
3	Основные	-	-	3	3	3	3
4	Игры	20	20	40	50	60	70
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3х3»							
1	Контрольные	-	-	10	10	5	5
2	Отборочные	-	-	1	1	1	1
3	Основные	-	-	3	3	5	10
4	Игры	-	-	15	20	15	20

8. Годовой учебно-тренировочный план с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

8.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным ланам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10 % от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

8.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- 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 часовую объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико – биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

8.3. 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.

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

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	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 двух лет	свыше двух лет		
1	Общая физическая подготовка (%)	18-20	16-18	14-16	12-14	10-12	10-12
2	Специальная физическая подготовка (%)	12-14	14-16	16-18	16-18	18-20	18-20
3	Техническая подготовка (%)	30-32	28-30	24-26	20-22	12-14	12-14
4	Теоретическая подготовка (%)	7-10	5-7	5-7	3-5	2-3	2-3
5	Тактическая подготовка (%)	10-12	12-14	16-18	16-18	20-22	20-22
6	Психологическая подготовка (%)	6-8	6-8	8-10	8-10	12-14	12-14
7	Интегральная подготовка %	8-10	10-12	16-18	18-20	22-24	22-24

9. Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Направление работы	мероприятия	сроки проведения
1. Профориентационная деятельность			
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведение спортивных соревнований в качестве помощника спортивного	в течение года

		судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей.	
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора;	
2. Здоровьесбережение			
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта. в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта.	в течение года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета)	в течение года
3. Патриотическое воспитание обучающихся			
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта в обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	в течение года

	России, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)		
3.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	в течение года
4. Развитие творческого мышления			
4.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов.	в течение года

10. 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	Общие знания об антидопинговых правилах. Понятие «допинг».	в течение всего периода	- прохождение онлайн-обучения на сайте Русада. - проведение викторины «Играй честно» - ознакомление общими знаниями, понятием «Допинг» - лекции по темам
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Антидопинговые правила. Соблюдение антидопинговых правил и не иметь их нарушений	в течение всего периода	- прохождение онлайн-обучения на сайте Русада. - лекции про ответственность за нарушение антидопинговых правил, о запрещенном списке, терапевтическом использовании запрещенных субстанций и методов в спорте, виды нарушений антидопинговых правил
Этап совершенствования спортивного мастерства	Углубленное изучение антидопинговых правил.	в течение всего периода	- прохождение онлайн-обучения на сайте Русада. - тренер обязан осуществлять контроль за

			своими спортсменами, кроме устных бесед, особенно внимательно следить за медицинскими тестами и анализами спортсмена, обращать внимание на скачкообразное изменение физической силы, выносливости, мышечной массы. Возникающие сомнения должны быть поводом для бесед с врачами, осуществляющими контроль, для сдачи более углубленных анализов.
Этап высшего спортивного мастерства	Закрепление знаний и умений об антидопинговых правилах. Ответственность за нарушение антидопинговых правил	в течение всего периода	- прохождение онлайн-обучения на сайте Русада. Спортсмены должны осознавать, что несут личную ответственность в случае применения запрещенных методов или препаратов. Дисквалификация, крупные денежные штрафы могут разрушить все то, что спортсмен наработал. Спортсмены, тренеры, медицинский персонал школы должны максимально серьезно относиться к здоровью спортсменов, к их восстановительным программам, к режиму сна, питания, тренировок. Это все значительно снизит вероятность употребления каких-либо стимулирующих средств

Этап начальной подготовки.

С спортсменами проводится коллективный разбор тренировочных занятий и соревнований, изучаются правила соревнований. Отдельные, наиболее простые по содержанию тренировочные занятия, спортсмены выполняют самостоятельно. Они привлекаются к подготовке мест соревнований и помогают в судействе соревнований по сдаче контрольных нормативов. На данном этапе спортсмены должны под руководством тренера-преподавателя научиться следующему:

- выполнять обязанности дежурного;

- сдавать рапорт;
- демонстрировать (показывать) упражнения общефизической направленности;
- замечать нарушения мер безопасности, тактично делать замечания товарищам о недопустимости действий, ведущих к этим нарушениям;
- уметь находить ошибки в технических действиях других спортсменов и помогать их устранять.

Учебно-тренировочный этап.

Должны овладеть принятой в виде спорта терминологией; овладеть основными методами построения тренировочного процесса: разминкой, основной и заключительной частью. Во время проведения тренировки необходимо развивать способность спортсменов наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов других спортсменов, находить ошибки и исправлять их.

На учебно-тренировочном этапе обучающиеся участвуют в проведении тренировки в качестве помощника тренера-преподавателя, участвуют вместе с ним в составлении планов подготовки, привлекаются к судейству контрольных соревнований.

Одной из задач, стоящих перед тренерами-преподавателями спортивных школ, является последовательная подготовка спортсменов к выполнению обязанностей помощника тренера-преподавателя, инструктора, судьи по спорту. Инструкторская практика предполагает овладение умением и навыками выполнения обязанностей помощника тренера-преподавателя, проведения отдельных частей тренировки в присутствии тренера-преподавателя или самостоятельно. Тренер-преподаватель должен дать необходимые теоретические знания, научить передавать их и применять в практической работе. Учебно-тренировочное занятие начинается с подготовки рабочих мест, материальной части, построения группы и проверки присутствующих. Помощь одного из обучающихся, инициативного и ответственного, в такое время не только желательна, но и необходима, однако не следует постоянно прибегать к помощи одного-двух наиболее организованных подростков. Работу по подготовке спортивного зала к тренировочному занятию должны уметь выполнять поочередно все спортсмены. График дежурств, составленный на месяц или более продолжительное время, должен висеть на доске объявлений. Спортсмены обязаны ознакомиться с ним и следить за своей очередью. В группах предварительной подготовки целесообразно назначать двух, трех дежурных. Для того чтобы подготовка к тренировке не отнимала ценное время, дежурные должны приходить раньше, получив указания тренера-преподавателя подготовить помещения к тренировке. Часть обязанностей они выполняют сами, часть - привлекая подошедших товарищей по группе. В конце тренировки каждый из обучающихся приводит в порядок свое тренировочное место, а дежурный следит за тем, чтобы все было выполнено добросовестно. Дежурные выступают в роли помощников тренера-преподавателя. В конце тренировки, подводя итоги проделанного на занятии, тренер-преподаватель оценивает действия своих помощников, отмечает положительные стороны и указывает на недочеты.

На данном этапе занятий обучающиеся должны под руководством тренера-преподавателя научиться следующему:

- выполнять обязанности дежурного;
- строить группу перед началом занятия, сдавать рапорт;
- замечать нарушения мер безопасности, тактично указывать на них товарищам, объяснять недопустимость и опасность нарушений;
- рассказывать об основных мерах безопасности, объяснять их значение и смысл тем, кто пришел в спортивный зал впервые;
- показывать в разминке упражнения физической направленности, совершенствующие двигательные качества и проводить I-ю часть разминки в присутствии тренера-преподавателя.

Этап совершенствования спортивного мастерства.

На данном этапе занятий обучающиеся должны под руководством тренера-преподавателя научиться следующему:

- выполнять обязанности дежурного;
- уметь построить группу перед началом занятия, сдать рапорт;
- замечать нарушения мер безопасности, тактично делать замечания товарищам, объясняя, почему недопустимы и опасны подобные нарушения;
- уметь рассказывать об основных мерах безопасности, объяснить их значение и смысл тем, кто пришел в спортивный зал впервые;
- проводить первую часть разминки, состоящую из упражнений общефизической направленности;
- проводить заключительную часть разминки, состоящую из упражнений специальной технической направленности;
- проводить первые занятия в группах этапа начальной подготовки в качестве помощника тренера-преподавателя;
- проводить в присутствии тренера-преподавателя отдельные части практических и теоретических занятий в группах учебно-тренировочного этапа;
- оказывать помощь тренерам-преподавателям при проведении набора желающих заниматься данным видом спорта в начале года.

Кроме того, в тренировочном процессе для обучающихся необходимо также предусмотреть:

- изучение правил соревнований;
- приобретение судейских навыков в качестве судей и их помощников;
- участие в организационной работе по подготовке и проведению соревнований в составе оргкомитета;
- организацию и проведение соревнований в младших группах;
- оформление основной судейской документации.

Обучающиеся в процессе занятий под руководством тренера-преподавателя должны также обучаться приемам отладки и подгонки различных компонентов материальной части и мелкому ремонту инвентаря и экипировки.

Этап высшего спортивного мастерства.

На данном этапе занятий обучающиеся должны под руководством тренера-преподавателя научиться следующему:

- выполнять обязанности дежурного;
- уметь построить группу перед началом занятия, сдать рапорт;
- замечать нарушения мер безопасности, тактично делать замечания товарищам, объясняя, почему недопустимы и опасны подобные нарушения;
- уметь рассказывать об основных мерах безопасности, объяснить их значение и смысл тем, кто пришел в спортивный зал впервые;
- проводить первую часть разминки, состоящую из упражнений общефизической направленности;
- проводить заключительную часть разминки, состоящую из упражнений специальной технической направленности;
- проводить первые занятия в группах этапа начальной подготовки в качестве помощника тренера-преподавателя;
- проводить в присутствии тренера-преподавателя отдельные части практических и теоретических занятий в группах учебно-тренировочного этапа;
- оказывать помощь тренерам-преподавателям при проведении набора желающих заниматься данным видом спорта в начале года.

Кроме того, в тренировочном процессе для обучающихся необходимо также предусмотреть:

- изучение правил соревнований;
- приобретение судейских навыков в качестве судей и их помощников;
- участие в организационной работе по подготовке и проведению соревнований в составе оргкомитета;
- организацию и проведение соревнований в младших группах;
- оформление основной судейской документации.
- проведение тренировочных занятий по физической и технической подготовке в тренировочных группах 3-5-го годов обучения и совершенствования спортивного мастерства;
- составление положения о соревнованиях, практику судейства по основным обязанностям членов судейской коллегии на соревнованиях в спортивной школе, общеобразовательных школах района, города;
- организацию и судейство районных и городских соревнований по виду спорта.

Обучающиеся в процессе занятий под руководством тренера-преподавателя должны также обучаться приемам отладки и подгонки различных компонентов материальной части и мелкому ремонту инвентаря и экипировки.

II. План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Медико-биологическое обеспечение спортсменов - комплекс мероприятий, направленный на восстановление работоспособности и здоровья спортсменов, включающий медицинские вмешательства, мероприятия психологического характера, систематический контроль состояния здоровья спортсменов, обеспечение спортсменов лекарственными препаратами, медицинскими изделиями и специализированными пищевыми продуктами для питания спортсменов, проведение научных исследований в области спортивной медицины и осуществляемый в соответствии с установленными законодательством о физической и спорте, требованиями общероссийских антидопинговых правил, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, а также по оказанию государственных услуг (включая предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним) и управлению государственным имуществом в сфере физической культуры и спорта, и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Систематический контроль состояния здоровья спортсменов включает в себя проведение предварительных и периодических медицинских осмотров, в том числе углубленных медицинских обследований, мониторинг и коррекцию функционального состояния, этапные и текущие медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения.

В системе спортивной подготовки особое место занимают различные средства восстановления и повышения спортивной работоспособности. Значение этих средств в подготовке спортсменов постоянно возрастает в подготовительном и переходном периодах. Рациональное применение различных восстановительных средств является необходимым фактором достижения результатов.

Система восстановительных мероприятий обеспечивает быстрое восстановление и повышение спортивной работоспособности, стабильность спортивной формы, профилактику спортивных травм. Средства и методы восстановления в подготовительном и переходном периодах разные. В подготовительном периоде основную часть составляют фармакологические средства и в меньшей степени физиотерапевтические методы, тогда как в переходном периоде основная часть приходится на физиотерапевтические методы и в меньшей степени задействованы фармакологические средства. Для повышения эффективности восстановительных мероприятий на этапах спортивного совершенствования необходимо комплексное применение различных восстановительных средств. При этом принцип комплексности применения восстановительных средств осуществляется всегда во всех звеньях тренировочного процесса: макро-, мезо- и микроциклах, а также на уровне тренировочного дня. План применения восстановительных средств и мероприятий представлен в таблице.

План применения восстановительных средств и мероприятий

№	Средства и мероприятия	Сроки реализации
1	Рациональное питание: - сбалансировано по энергетической ценности; - сбалансированно по составу (белки, жиры, углеводы, микроэлементы, витамины); - соответствует характеру, величине и направленности тренировочных и соревновательных нагрузок.	в течение всего периода спортивной подготовки
2	Физиотерапевтические методы: 1. Массаж – классический (восстановительный, общий), сегментарный, точечный, вибрационный, гидромассаж, мануальная терапия. 2. Гидропроцедуры: теплый душ, горячий душ, контрастный душ, теплые ванны, контрастные ванны, хвойные ванны, восстановительное плавание. 3. Различные методики банных процедур: баня с парением, кратковременная баня, баня с контрастными водными процедурами, кедровая бочка. 4. Аппаратная физиотерапия: электростимуляция, амплипульстерапия, УВЧ – терапия, электрофорез,	в течение всего периода спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
3	Фармакологические средства: 1. Витамины, коферменты, микроэлементы, витаминные комплексы, витаминно-минеральные комплексы. 2. Препараты пластического действия. 3. Препараты энергетического действия. 4. Адаптогены. 5. Иммуномодуляторы. 6. Препараты, влияющие на энергетику мозговых клеток. 7. Антиоксиданты. 8. Гепатопротекторы. 9. Анаболизующие. 10. Аминокислоты. 11. Фитопрепараты. 12. Пробиотики, эубиотики.	в течение всего периода спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
4	Кислородотерапия (кислородные коктейли)	по назначению врача

Медико-восстановительные средства должны назначаться только врачом и применяться только под контролем врачебного персонала. Каждая восстановительная процедура сама по себе является дополнительной нагрузкой на организм, предъявляющей определенные требования, часто весьма высокие, к деятельности различных функциональных систем организма. Игнорирование этого положения может привести к обратному действию восстановительных средств – усугублению утомления, восстановительных реакций.

III. Система контроля

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

III.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасности проведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;

- овладеть основами техники вида спорта;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

III.2 На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучать правила безопасности при занятиях видами спорта и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучать основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта;
- изучать антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования не первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

III.3 На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;
- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта;
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «первый разряд» не реже одного раза в два года;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;

- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и переводы на этап высшего спортивного мастерства.

III.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствовать уровень общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;

- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;

- выполнить план индивидуальной подготовки;

- знать и соблюдать антидопинговые правила и не иметь нарушений таких правил;

- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;

- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного звания «Кандидата в мастера спорта России» или выполнить нормы и требования, необходимые для присвоения спортивного звания «Мастер спорта России» не реже одного раза в два года;

- достичь результатов уровня спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской Федерации;

- демонстрировать высокие спортивные результаты в межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

II. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанными с физическими нагрузками (далее-тесты), а также с учетом результатов участия, обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

III. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

III.1. Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «баскетбол»

№	Упражнения	Единица измерения	норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки				
1	Бег на 30 м.	с	не более	
			6,9	7,1
2	Челночный бег на 3x10 м.	с	не более	
			10,3	10,6
3	Прыжок в длину с места толком двумя ногами	см	не менее	
			110	105
Нормативы специальной физической подготовки				
4	Прыжок вверх с места со взмахом руками	количество раз	не менее	
			20	16

13.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап по виду спорта «баскетбол»

№	Упражнения	Единица измерения	норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
Нормативы общей физической подготовки				
1	Бег на 30 м.	с	не более	
			6,0	6,2
2	Челночный бег на 3x10 м.	с	не более	
			9,3	9,5
3	Прыжок в длину с места толком двумя ногами	см	не менее	
			130	120
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»				
4	Бег на 30 м.	с	не более	
			5,5	5,8
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	9
6	Челночный бег на 3x10 м.	с	не более	
			8,7	9,1
7	Прыжок в длину с места толком двумя ногами	см	не менее	
			160	145
Нормативы специальной физической подготовки				
8	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более	
			10	10,7
9	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее	
			35	30
10	Челночный бег на дистанции 28 м за 40 с	м	не менее	
			183	168
11	Техническое мастерство	обязательная техническая программа		

13.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «баскетбол»

№	Упражнения	Единица измерения	норматив до года обучения	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 30 м.	с	не более	
			4,7	5,0
1.2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			36	15
1.3	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			55	30
1.5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			49	43

2. Нормативы специальной физической подготовки			
2.1	Скоростное ведение мяча	с	не более
			8,6 9,4
2.2	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее
			46 40
2.3	Челночный бег на дистанции 28 м за 40 с	м	не менее
			232 205
2.4	Техническое мастерство	обязательная техническая программа	

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перехода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «баскетбол»

№	Упражнения	Единица измерения	норматив до года обучения	
			юноши/мужчины	девушки/женщины
Нормативы общей физической подготовки				
1	Бег на 30 м.	с	не более 4,7	5,0
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 36	15
3	Челночный бег 3x10 м	с	не более 7,2	8,0
4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 215	180
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее 49	43
Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «баскетбол 3x3»				
4	Бег на 30 м.	с	не более 4,3	5,1
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 44	17
6	Челночный бег на 3x10 м.	с	не более 7,1	8,2
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее 240	195
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее 48	43
Нормативы специальной физической подготовки				
8	Скоростное ведение мяча 20 м	с	не более 8	8,9
9	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее 49	45
10	Челночный бег на дистанции 28 м за 40 с	м	не менее 249	221
11	Техническое мастерство	обязательная техническая программа		

IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)

14 Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки

Учебно-тематический план.

Этап спор- тивной подго- товки	Темы по теоретиче- ской подготовке	Объем вре- мени в год (минут)	сроки прове- дения	краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года обучения:	≈120/180		
	История возникнове- ния вида спорта и его развитие	≈13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиография выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр
	Физическая культура – важное средство физического разви- тия и укрепления здоровья человека	≈13/20	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков
	Гигиенические ос- новы физической культуры и спорта, гигиена обучаю- щихся при занятиях физической культу- рой и спортом	≈13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санита- рии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спор- тивных объектах.
	Закаливание орга- низма	≈13/20	декабрь	Знания и основные правила за- каливания. Закаливание на за- нятиях физической культуры и спортом
	Самоконтроль в про- цессе занятий физи- ческой культуры и спортом	≈13/20	январь	Ознакомление с понятием о са- моконтроле при занятиях фи- зической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме
	Теоретические ос- новы обучения базо- вым элементам тех- ники и тактики вида спорта	≈13/20	май	Понятие о технических эле- ментах вида спорта. теоретиче- ские знания по технике их вы- полнения
	Теоретические ос- новы судейства. Пра- вила вида спорта	≈14/20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Ко- манды (жесты) спортивных су- дей. Положение о спортивном соревновании. Организацион- ная работа по подготовке спор- тивных соревнований, состав и обязанности спортивных су- дейских бригад. Обязанности и права участников спортивных

				соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта
	Режим дня и питание обучающихся	≈14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря
---	---	---	---	--
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/свыше трех лет обучения	≈600/960		
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств, уверенности в собственных силах
	История возникновения олимпийского движения	≈70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК)
	Режим дня и питания	≈70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности Рациональное, сбалансированное питание
	Физиологические основы физической культуры	≈70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта.	≈70/107	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата

	Психологическая подготовка	≈60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	≈60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям
	Правила вида спорта	≈60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях
---	---	---	---	---
Этап совершенствования спортивного мастерства	Всего на этапе совершенствования спортивного мастерства:	≈1200		
	Олимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта	≈200	сентябрь	Олимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе, по виду спорта
	Профилактика травматизма. Перетренированность/неотренированность	≈200	октябрь	Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈200	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятие анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности
	Психологическая подготовка	≈200	декабрь	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	≈200	январь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спор-

				тивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	≈200	февраль-май	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.
	Восстановительные средства и мероприятия	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка, психо-регулирующие воздействия, дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание, гигиенические и физиотерапевтические процедуры, баня, массаж, витамины. Особенности применения восстановительных средств.
---	---	---	---	---
Этап высшего спортивного мастерства	Всего на этапе высшего спортивного мастерства:	≈600		
	Физической, патриотическое, нравственное, правовое и эстетическое воспитание в спорте. Их роль и содержание в спортивной деятельности	≈120	сентябрь	Задачи, содержание и пути патриотического, нравственного, правового и эстетического воспитания на занятиях в сфере физической культуры и спорта. Патриотическое и нравственное воспитание. Правовое воспитание. Эстетическое воспитание
	Социальные функции спорта	≈120	октябрь	Специфические социальные функции спорта (эталонная и эвристическая). Общие социальные функции спорта (воспитательная, оздоровительная, эстетическая функции). Функция социальной интеграции и социализации личности

Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈120	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятие анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности
Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	≈120	декабрь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки, основные направления спортивной тренировки
Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	≈120	май	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика некоторых видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности
Восстановительные средства и мероприятия	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка, психорегулирующие воздействия, дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание, гигиенические и физиотерапевтические процедуры, баня, массаж, витамины. Особенности применения восстановительных средств. Организация восстановительных мероприятий в условиях учебно-тренировочных мероприятий

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

17. К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «баскетбол» учитываются при составлении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также при планировании спортивных результатов.

Для зачисления на этап спортивной подготовки обучающиеся, желающие пройти спортивную подготовку, должны достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки. Для зачисления и перевода в группы на этапах спортивной подготовки необходимо наличие:

- на этапе совершенствования спортивного мастерства – спортивный разряд «первый спортивный разряд»,
- на этапе высшего спортивного мастерства – спортивный разряд «кандидат в мастера спорта».

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.

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

18. Материально-технические условия реализации Программы. 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;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 30.10.2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, рег.№ 61238),
- 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,
- оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки.

Таблица № 1.

№ 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	комплект	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
Для спортивной дисциплины «баскетбол 3х3»			
21	Мяч баскетбольный	штук	24

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

№	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	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1	Мяч баскетбольный	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	0,5	1	0,5

18.2. Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 1

№	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

				КОЛИЧЕСТВО	срок эксплуатации (лет)	КОЛИЧЕСТВО	срок эксплуатации (лет)	КОЛИЧЕСТВО	срок эксплуатации (лет)	КОЛИЧЕСТВО	срок эксплуатации (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	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
9	Сумка спортивная	штук	на обучающегося	-	-	-	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	штук	на обучающегося	-	-	3	1	5	1	5	1
16	Шорты эластичные (тайсы)	штук	на обучающегося	-	-	1	1	2	1	3	1

9. Кадровые условия реализации Программы

9.1. Укомплектованность педагогическими, руководящими и иными работниками

К педагогической деятельности допускаются лица, имеющие среднее профессиональное или высшее профессиональное образование, отвечающие требованиям квалификационных характеристик, определенных для соответствующих должностей педагогических работников. Особыми условиями допуска на работу является отсутствие запрета на педагогическую деятельность в соответствии с законодательством Российской Федерации, прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и промежуточных медицинских осмотров (обследований) установленным законодательством Российской Федерации порядке.

2. Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель» утвержден приказом Минтруда России 24.12.2020 г. № 952н, зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021 г. рег.№ 62203), профессиональным стандартом «Тренер» (утвержден приказом Минтруда России 28.03.2019 г. № 191н, зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019 г. рег.№ 519), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области

физической культуры и спорта» (утвержден приказом Минздравсоцразвития России 25.08.2011 г. № 916н, зарегистрирован Минюстом России 25.01.2012 г. № 22054).

19.3. Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей организации.

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных 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 учетом специфики вида спорта «Футбол», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии одновременной работы с обучающимися).

20. Информационно-методические условия реализации Программы

- ✓ Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол» (приказ Минспорта России от 16.11.2022 г. № 1006)
- ✓ Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации (приказ Минспорта России от 12.05.2014 г.)
- ✓ Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ
- ✓ Приказ Минспорта России «Об утверждении Общероссийских антидопинговых правил» от 02.10.2012 г. № 267
- ✓ Всероссийский реестр видов спорта
- ✓ Единая всероссийская спортивная классификация
- ✓ СанПиН 1567-76 от 08.06.2004 г. Физкультура и спорта. Требования.
- ✓ СанПиН 2.4.4.1251-03. Детские внешкольные учреждения (учреждения дополнительного образования). Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)
- ✓ Психопедагогика спорта. – Горбунов Г.Д., М.; Физкультура и спорта, 1986.
- ✓ Анискина С.Н. Методика обучения тактике игры в баскетбол: метод, разработ./ С.Н. Анискина. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 38 с.
- ✓ Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
- ✓ Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский. – М.: Гранд, 2002. – 352 с.
- ✓ Губа В.П. Особенности отбора в баскетболе / В.П. Губа, С.Г. Фомин, СВ. Чернов. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 144 с.
- ✓ Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский. – М.: Гранд, 1997. – 224 с.