

<p>РАССМОТРЕНО</p> <p>методическим советом МОУ «Средняя школа № 2»</p> <p>Протокол № 1 от 26.08. 2024 г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ</p> <p>Директор МОУ «Средняя школа № 2»</p> <p> _____ Г.В.Смирнова</p> <p>Приказ № 264/1 от «27» августа 2024 г.</p> <p></p>
--	---

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
УСТЮЖЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Баскетбол»
на 2024-2025 учебный год

Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов в год: 68 , 2 часа/нед.

Составил:
педагог дополнительного образования
Марков Николай Николаевич

г. Устюжна
Вологодская область

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и соответствует стартовому (базовому) уровню.\

Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений. Применяется в общеобразовательных учреждениях, где используется программа В.И. Ляха, А.А. Зданевича, вариативная часть баскетбол.

Актуальность программы

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

Новизна

Программа позволяет реализовать дифференцированный подход к учащимся с разным уровнем готовности к обучению и обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Отличительные особенности данной образовательной программы является то, что начать заниматься в секции «Баскетбол» может любой ребёнок без специальной подготовки.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных. Она направлена на воспитание физической культуры и привитие интереса к данному виду спорта, развитие и воспитание не только одарённых спортивными способностями детей, но и всех желающих. Поэтому учебный материал подобран так, чтобы был простым и доступными для приобщения детей к данному виду спорта.

Форма обучения – очная. Допускается реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с применением дистанционных образовательных технологий.

Программа составлена с учетом нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с последующими изменениями;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р),
- Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах РФ» (утв. министерством просвещения РФ 30 декабря 2022 года № АБ – 3924/06),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые

- программы в области физической культуры и спорта (ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания») (2021 год),
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09),
 - Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 №ДГ-245/06,
 - Методические рекомендации Федерального государственного бюджетного научного учреждения «Институт изучения детства, семьи и воспитания» «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной программы» (2023 год),
 - Письмо министерства просвещения РФ от 19.08.2022 г. «Об адаптированных дополнительных общеобразовательных программах
 - Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда России от 22 сентября 2021г. №652н),
 - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629),
 - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391),
 - Приказ министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020 г. №533);
 - Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28).
 - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. №996-р);
 - Устав МОУ «Средняя школа №2»;
 - и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях физкультурно-спортивной направленности и спецификой работы учреждения.

Программа рассчитана на 1 год обучения учащихся в возрасте 11-17 лет.

Программа составляет 68 часов в год – 2 часа в неделю. Практические занятия составляют большую часть программы.

Программа осуществляется при групповом обучении. Количество обучающихся в группе от 10-15 человек.

2. Цель и задачи программы

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

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Для достижения цели требуется решение следующих **задач**:

1. Укрепление здоровья
2. Содействие правильному физическому развитию
3. Приобретение необходимых теоретических знаний
4. Овладение основными приемами техники и тактики игры
5. Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы
6. Привитие ученикам организаторских навыков
7. Повышение специальной, физической, тактической подготовки
8. Совершенствование техники и тактики игры; приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и судейства соревнований
9. Подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу

Обучающие:

1. Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований.
2. Обучить техническим приемам и правилам игры
3. Обучить тактическим действиям игры
4. Обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях
5. Обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам
6. Обучить правильному выполнению упражнений.
7. Сформировать знания о способах общей физической подготовки; развития силы, гибкости, ловкости, выносливости
8. Сформировать начальные навыки судейства.

Развивающие:

1. Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм.
2. Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
3. Развить, разработать и укрепить различные группы мышц
4. Расширить спортивный кругозор детей

Воспитательные:

1. Воспитать понимание дружного сплоченного коллектива.
2. Воспитывать культуру поведения
3. Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.
4. Воспитать потребность в здоровом образе жизни.
5. Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

3. Учебный план, содержание программы Учебный план

Распределение учебного времени по реализации видов подготовки в процессе занятий школьной секции по баскетболу для учащихся 5-11-х классов представлено в учебном плане.

Раздел	Виды спортивной подготовки	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации контроля
1.	Теоретическая	3	2	1	Первичная д/а, собеседование
2.	Техническая	30	4	26	
	2.1 Имитация упражнений без мяча	3	1	2	Текущий Педагогическое Наблюдение Устный опрос
	2.2 Ловля и передача мяча	9	1	8	Текущий Педагогическое Наблюдение Устный опрос
	2.3. Ведение мяча	9	1	8	Текущий Педагогическое Наблюдение Устный опрос
	2.4. Броски мяча	9	1	8	Текущий Педагогическое Наблюдение Устный опрос
3.	Тактическая	12	2	10	
	3.1 Действия игрока в нападении	6	1	5	Педагогическое Наблюдение Устный опрос
	3.2 Действия игрока в защите	6	1	5	Текущий Педагогическое Наблюдение
4.	Физическая	10	2	8	
	4.1 Общая подготовка	5	1	4	Педагогическое Наблюдение
	4.2 Специальная	5	1	4	Устный опрос
5.	Участие в соревнованиях по баскетболу	7	1	6	Наблюдение
6	Сдача контрольных нормативов	6	1	5	Наблюдение
	Итого:	68	68	68	68

Содержание программы

Содержание данной программы рассчитано на систему занятий в неделю :2 занятия в неделю; продолжительностью занятия 45 минут.

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

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

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

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

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

Содержательное обеспечение разделов программы

Раздел 1. Теоретическая подготовка – 3 часа

- Техника безопасности на занятиях по баскетболу
- Развитие баскетбола в России и за рубежом.
- Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
- Физическая подготовка баскетболиста.
- Техническая подготовка баскетболиста.
- Тактическая подготовка баскетболиста.
- Психологическая подготовка баскетболиста.
- Соревновательная деятельность баскетболиста.
- Организация и проведение соревнований по баскетболу.
- Правила судейства соревнований по баскетболу.
- Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Раздел 2. Техническая подготовка – 30 часов

1. Имитация упражнений без мяча.

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

2. Ловля и передача мяча.

- Двумя руками от груди, стоя на месте.
- Двумя руками от груди с шагом вперед.
- Двумя руками от груди в движении.
- Передача одной рукой от плеча.
- Передача одной рукой с шагом вперед.

- Передача одной рукой с шагом вперед после ведения мяча.
 - Передача одной рукой с отскоком от пола.
 - Передача двумя руками с отскоком от пола.
 - Передача одной рукой снизу от пола.
 - Передача одной рукой снизу от пола в движении.
 - Ловля мяча после отскока.
 - Ловля высоко летящего мяча.
 - Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
 - Ловля катящегося мяча в движении.
3. Ведение мяча.
- На месте.
 - В движении шагом.
 - В движении бегом.
 - То же с изменением направления и скорости.
 - То же с изменением высоты отскока.
 - Правой и левой рукой поочередно на месте.
 - Правой и левой рукой поочередно в движении.
 - Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.
4. Броски мяча.
- Одной рукой в баскетбольный щит с места.
 - Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
 - Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
 - Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
 - Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
 - Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
 - Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
 - Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
 - В прыжке одной рукой с места.
 - Штрафной.
 - Двумя руками снизу в движении.
 - Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
 - В прыжке со средней дистанции.
 - В прыжке с дальней дистанции.
 - Вырывание мяча.
 - Выбивание мяча.

Раздел 3. Тактическая подготовка – 12 часов

1. Тактика нападения.

- Выход для получения мяча.
- Выход для отвлечения мяча.
- Розыгрыш мяча.
- Атака корзины.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение, пересечение.
- Защитные действия при опеке игрока без мяча, с мячом.
- Перехват мяча.
- Борьба за мяч после отскока от щита.
- Быстрый прорыв.

2. Тактика защиты.

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке корзины.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.
- Командные действия в защите, в нападении.
- Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Раздел 4. Физическая подготовка – 10 часов

1. Общая физическая подготовка.

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

2. Специальная физическая подготовка.

- Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Раздел 5. Участие в соревнованиях по баскетболу – 7 часов

Участие обучающихся в соревнованиях общепедагогической направленности («Веселые старты», соревнования по кроссу, тематические спортивные праздники) и специализированные соревнования (первенство школы, первенства округа, области по баскетболу).

Раздел 6. Сдача контрольных нормативов – 6 часов

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся предусматривается два раза в год в ноябре и апреле учебного года.

Обучающихся аттестуют по дисциплинам:

- общая физическая и специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка.

Сдача нормативов проводится в форме тестирования.

4. Планируемые результаты

Образовательная деятельность по программе предполагает не только обучение определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся.

Общие:

- снижение уровня заболеваемости;
- повышение уровня физической подготовленности;
- сформированности осознанной потребности в ведении здорового образа жизни, желания заботиться о своем
- здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью); формирование установки на использование здорового питания;

- -развитие физических и нравственных качеств.
- стремление к овладению основами техники и тактики игры в баскетбол.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса:

1. Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов
- умение самостоятельно принять решение
- умения адаптироваться в природной среде и социализироваться в современном обществе.

2. Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения
- технически правильное выполнение двигательных действий
- способность справляться с поставленными задачами
- умение осуществлять самостоятельный контроль за своей деятельностью
- умение организовывать совместную деятельность с педагогом и сверстниками.

3. Предметные результаты:

- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге
- ведение мяча с изменением направления в различных стойках
- техникой броска одной и двумя руками с места и в движении»
- технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру.

Должны знать:

- технику безопасности на занятиях по баскетболу;
- правила личной гигиены;
- историю развития игры «Баскетбол»;
- спортсменов баскетболистов;
- понимать, как правильно осуществляется самоконтроль за состоянием организма;
- линии разметки на площадке, основные правила игры в баскетбол
- жесты судей
- правила проведения соревнований по баскетболу.

Уметь:

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- передвигаться в защитной стойке;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- выполнять броски мяча в корзину одной и двумя руками в прыжке;
- вырывать и выбивать мяч;

- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- играть в баскетбол по правилам.

Владеть:

- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости.
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру и игре

Результаты работы в данной деятельности отслеживаются в наблюдениях за работоспособностью, мотивацией, посещаемостью занятий обучающимися, динамикой роста индивидуальных и групповых показателей физической подготовленности обучающихся.

По окончании учебного года уровень знаний, умений и навыков обучающихся должен соответствовать требованиям контрольно-переводных нормативов.

5. Календарный учебный график

1. Количество учебных недель -34.
2. Занятия проводятся в соответствии с расписанием занятий, утвержденным директором.
3. Продолжительность занятий не превышает 45 минут. Перерыв на отдых и проветривание между занятиями – 15 минут.
4. Нерабочие и праздничные дни – в соответствии с Постановлениями Правительства РФ: 4 ноября, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая.
5. Промежуточная аттестация проводится в ноябре, итоговый контроль – в мае.

Календарно-тематическое планирование секции «Баскетбол», 68 часов

№ п/п	Содержание материала	Задачи	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Медицинское обследование учащихся Техника безопасности	Выявление состояния здоровья учащихся	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/main/
2	Знакомство с упражнениями по физической подготовке баскетболистов	Развитие и укрепление физических качеств учащихся	1	
3	Совершенствование упражнений ОФП	Совершенствование силы, ловкости, выносливости, гибкости, прыгучести.	1	
4	Зачетные требования	Контроль умений и навыков	1	
5	Правила техники баскетбола	Познакомить с многообразием и классификацией техники игры.	1	
6	Техника нападения. ОФП	Совершенствовать навыки ловли и передачи мяча, ведения, бросков	1	

		по кольцу.		
7	Техника перемещений	Отрабатывать приемы перемещений	1	
8	Тактика перемещений. СФП	Совершенствовать навыки ходьбы, бега, прыжков, остановки и поворотов.	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/main/191939/
9	Техника владения мячом	Отрабатывать приемы ловли, передачи мяча	1	
10	Передача мяча двумя руками от груди. ОФП	Совершенствовать навыки передачи мяча двумя руками от груди	1	
11	Передача мяча двумя руками с отскоком мяча от пола	Отрабатывать приемы передачи мяча	1	
12	Передача мяча двумя руками сверху. ОФП	Отрабатывать приемы передачи мяча	1	
13	Передача мяча одной рукой от плеча Техника безопасности	Совершенствовать приемы передачи мяча	1	
14	Передача мяча одной рукой сверху (крюком)	Совершенствовать приемы передачи мяча	1	
15	Передача мяча одной рукой снизу. ОФП	Совершенствовать приемы передачи мяча	1	
16	Передача мяча одной рукой за спиной	Совершенствовать приемы передачи мяча	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/main/
17	Передача мяча снизу назад	Отрабатывать приемы передачи мяча	1	
18	К.у. Приемы передачи мяча	Контроль умений выполнять приемы передачи мяча	1	
19	Совершенствование ОФП	Развитие навыков подвижности, ловкости. взаимовыручки	1	
20	Совершенствование СФП	Совершенствование индивидуальных способностей	1	
21	Игра Техника безопасности	Отработка приемов передачи мяча разными способами	1	
22	Техника ведения мяча	Совершенствование техники ведения мяча	1	
23	Техника бросков мяча по кольцу	Совершенствовать навыки броски по кольцу	1	
24	Бросок одной рукой от плеча с места. ОФП	Совершенствовать навыки броски по кольцу	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/main/195974/

25	Бросок одной рукой мяча от плеча в движении	Совершенствовать навыки броски по кольцу	1	
26	Бросок одной рукой в прыжке Техника безопасности	Отрабатывать навыки игры по изученным правилам	1	
27	Игра баскетбол. ОФП	К.у. способностей по изученным правилам	1	
28	Бросок двумя руками. ОФП	Развивать гибкость, силу воли, терпение, выносливость	1	
29	Ведение мяча	Совершенствовать приемы игры	1	
30	Техника защиты	Совершенствовать приемы защиты	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5172/main/196026/
31	Техника перемещений	Совершенствовать приемы перемещений	1	
32	Упражнения ОФП	Развивать физические качества	1	
33	Перехват мяча. ОФП	Совершенствовать навыки игры	1	
34	Вырывание мяча Техника безопасности	Совершенствование техники овладения мячом	1	
35	Выбивание мяч. СФП	Совершенствование техники выбивания мяча	1	
36	Техника накрывания мяча	Отработка умений овладения мячом	1	
37	Соревнование по баскетболу. ОФП	К./у. техники игры	1	
38	Сочетание приемов игры в баскетбол	Совершенствование физических качеств учащихся	1	
39	Соревнование по баскетболу с командой из СОШ №2.	Совершенствование физических качеств учащихся	1	
40	Технические приемы баскетболиста	Изучение теоретического материала	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3879/main/169721/
41	Упражнения в передвижении. СФП	Отработка двигательных навыков (бег, прыжки на месте толчком одной двумя ногами, остановка, построение парами)	1	
42	Упражнения в ловле и передачах Техника безопасности	Отрабатывать физические навыки (построение по 3 человека, встречными колонами)	1	

43	Совершенствование техники передвижения	Воспитание культуры исполнения правил игры	1	
44	Совершенствование упражнений в бросках	Совершенствование физических качеств учащихся	1	
45	Упражнения в ведении. ОФП Техника безопасности	Отрабатывать навыки построения колоннами, обводки препятствий, построение группами	1	
46	Упражнения в перемещениях защитника	Совершенствование навыков перемещения (произвольное, в парах)	1	
47	Подвижные игры Техника безопасности	Закрепление двигательных способностей учащихся	1	
48	Упражнения в овладении мячом. СФП	Совершенствование умений и навыков построения вокруг, построения по три человека	1	
49	Теоретический материал. Условия выполнения упражнений	Воспитание культуры исполнения отработанных правил	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/main/86119/
50	Соревнование по баскетболу	Совершенствовать правила игры, изученные ранее	1	
51	Тактика нападения. Волевая подготовка	Познакомить с общими требованиями	1	
52	Индивидуальные действия	Отрабатывать навыки игры	1	
53	Групповые действия	Отрабатывать навыки игры	1	
54	Правила пересечения	Совершенствовать навыки игры	1	
55	Тактические комбинации игры. СФП	Отрабатывать комбинации игры (тройка, малая восьмерка, скрестный выход, наведение на двух игроков)	1	
56	Командные действия. Волевая подготовка Техника безопасности	Совершенствовать умения стремительного нападения, позиционного нападения, эшелонированного прорыва	1	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/main/
57	Тактика защиты. СФП	Отработка противодействий атакующих	1	

58	Индивидуальные действия	Укрепление физических способностей	1	
59	Командные действия	Совершенствовать правила игры	1	
60	Игра баскетбол. СФП Техника безопасности	Совершенствовать систему смешанной защиты	1	
61	Тактическая подготовка баскетболистов (теория)	Формировать культуру игры, прививать интерес к физкультуре и спорту	1	
62	Тактика нападения. Игра баскетбол. СФП.	Совершенствовать навыки группового взаимодействия, в командных действиях	1	
63	Тактика защиты. Игра баскетбол	Отработка навыков индивидуальных, групповых, командных взаимодействий. К./у.	1	
64	Соревнования между командами спортивной секции двух школ.	Совершенствовать навыки командных взаимодействий	1	
65	Упражнения общей физическ. подготовки. СФП. Техника безопасности	Отрабатывать и закреплять физические способности и навыки учащихся	1	
66	Общие правила игры в баскетбол. К./у.	Контроль теоретических знаний учащихся	1	
67	Зачетное занятие Техника безопасности	Контроль техники выполнения тактических приемов игры	1	
68	Волевая подготовка учащихся	Совершенствование навыков игры	1	

6. Условия реализации программы

Для эффективной реализации программы используется оборудование, имеющееся в образовательной организации:

- Спортивный зал для занятий баскетболом.
- Спортивный инвентарь (Приложение 1).
- Спортивная форма для занимающихся (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для баскетбола, футболки, майки, шорты).

Структура занятий предусматривает, что в течение занятия каждый обучающийся вовлечён в работу на данном оборудовании.

Заниматься по программе может любой ребенок, без предварительной подготовки, без конкурсного отбора, желающий заниматься спортом и проявляющий интерес к баскетболу.

Методические материалы

Принципы обучения.

- Доступность (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям).
- Наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов).
- Систематичность и последовательность (научившись элементарным навыкам работы, обучающийся пробует (от простого к сложному), использует технические средства, применяет свои знания в выполнении сложных работ).
- Самостоятельность (готовность осуществлять деятельность без опоры на постороннюю помощь)
- Развивающее обучение (развитие обучающегося в деятельности, в результате чего обогащается его практический опыт).

Педагогические технологии, используемые на занятиях:

Использование современных образовательных технологий в работе с детским коллективом является эффективным способом повышения продуктивного взаимодействия между педагогом и обучающимися.

Технология	Целевые ориентации	Прогнозируемый результат использования технологий
Технология проблемного обучения	-выявление и разрешение скрытых вопросов в проблемных ситуациях с опорой на имеющиеся знания; -развитие познавательных и творческих способностей; -активизация самостоятельной деятельности обучающихся	- прочность усвоения материала; - активная позиция ребенка (субъект обучения), ответственность; - самостоятельный поиск информации и работа с ней; - решение проблемы психологического комфорта на занятиях.
Технология педагогической поддержки	- переход от педагогики требований к педагогике отношений; - единство обучения и воспитания; - гуманно-личностный подход к ребёнку; -формирование положительной «Я – концепции»	- раскрытие возможностей ребёнка; - создание ситуации успеха для каждого ребёнка; - уверенность в своих силах; - право ребёнка на выбор, право на ошибку, право на собственную точку зрения; - установление субъект – субъектных отношений между

		<p>педагогом и ребёнком;</p> <ul style="list-style-type: none"> - предоставление возможности ребёнку реализовать себя в положительной деятельности.
Технология уровневой дифференциации	<ul style="list-style-type: none"> - обучение каждого на уровне его возможностей и способностей 	<ul style="list-style-type: none"> - подбор материала по сложности исполнения соответствует возможностям ребёнка.
Информационно-коммуникационные технологии	<ul style="list-style-type: none"> - повышение качества знаний, - формирование и развитие информационной и коммуникативной компетенции, - мотивации к изучению нового, - развитие критического мышления 	<ul style="list-style-type: none"> - критическое отношение к информации; - прочность усвоения материала.
Игровые технологии	<ul style="list-style-type: none"> -самореализация внутренних потребностей и склонностей человека; - расширение кругозора, познавательной деятельности; - воспитание качеств личности необходимых для успешного усвоения программного материала; -развитие познавательных процессов, коммуникативных навыков; - приобщение к нормам и ценностям общества. 	<ul style="list-style-type: none"> - игры на воспитание необходимых качеств личности; - игры, направленные на приобретение навыков действия в различных жизненных ситуациях; - игры на развитие коммуникативных навыков; - игры, направленные на успешную адаптацию в постоянно меняющихся обстоятельствах.
Здоровьесберегающие технологии	<ul style="list-style-type: none"> - создание условий для сохранения здоровья обучающихся. 	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдение санитарно-гигиенических требований (проветривание, оптимальный тепловой режим, освещенность, чистота, соблюдение техники безопасности); - составление расписания и распределение учебной нагрузки в соответствии с требованиями; - смена видов деятельности на занятии; - физпаузы; - индивидуальный подход к обучающимся с учётом личностных возможностей; - благоприятный психологический климат.
Рефлексивные технологии	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельная оценка своего состояния, эмоций, результатов своей деятельности; -осмысление своих действий. 	<ul style="list-style-type: none"> - рефлексия настроения; - рефлексия деятельности; - рефлексия содержания.

Формы организации занятий

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Фронтальная работа со всей группой обучающихся (подача учебного материала всей группе)
- Групповые учебно-тренировочные занятия.
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия работа (самостоятельная работа детей с оказанием помощи педагогом).
- Восстановительные мероприятия.
- Участие в матчевых встречах.
- Участие в соревнованиях.
- Зачеты, тестирования.
- Конкурсы, викторины.

Основной вид занятий – практический.

Используются следующие методы обучения:

- – объяснительно-иллюстративный;
- – репродуктивный;
- – проблемный;
- – частично-поисковый или эвристический;

Педагогические приёмы:

- – формирование взглядов (убеждение, пример, разъяснение, дискуссия);
- – организация деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, требование);
- – стимулирование и коррекция (поощрение, похвала, соревнование, оценка, самооценка и т.д.);
- – сотрудничество, позволяющее педагогу и воспитаннику быть партнерами в увлекательном процессе образования;
- – свободный выбор, когда детям предоставляется возможность выбирать для себя направление специализации, педагога, степень сложности задания и т.п.

Методы проведения занятий: словесные, наглядные, практические, чаще всего их сочетание.

- *Теоретические* сведения – это повтор пройденного материала, объяснение нового, информация познавательного характера. Теория сопровождается показом наглядного материала, преподносится в форме рассказа-информации или беседы, сопровождаемой вопросами к детям.
- *Практические* методы – это форма учебного занятия, на котором педагог организует детальное рассмотрение отдельных теоретических положений учебной дисциплины и формирует умения и навыки их практического применения путем выполнения соответствия поставленных задач: метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки. Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся. В процессе занятий педагог постоянно напоминает учащимся о правилах техники безопасности.
- *Словесные* методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используется: объяснение, рассказ, указания.
- *Наглядные* методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях

7. Воспитательный компонент

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса. В работе используются все виды деятельности, развивающие личность: игра, познание, умение, общение, творчество.

При этом соблюдаются следующие правила:

- виды деятельности должны быть разнообразными, социально значимыми, направленными на реализацию личных интересов членов группы;
- деятельность должна соответствовать возможностям отдельных личностей, рассчитана на выдвижение детей, владеющих умениями её организовать и осуществлять, способствовать улучшению статуса отдельных учеников в группе, помогать закреплению ведущих официальных ролей лидеров, чье влияние благотворно;
- необходимо учитывать основные черты коллективно деятельности: разделение труда, кооперацию детей, взаимозависимость, сотрудничество детей и взрослых.

При определении содержания деятельности учитываются следующие принципы:

- воспитывающего характера труда;
- научности (соблюдение строгой технической терминологии, символики, установленной размерности);
- связи теории с практикой (практике отводится около 80% учебного времени);
- систематичности и последовательности;
- доступности и посильности;
- сознательности и активности;
- наглядности;
- прочности овладения знаниями и умениями (достигается реализацией всех вышеперечисленных принципов).

Можно выделить ряд общих существенных положений образовательного процесса:

- обязательное формирование у детей положительной мотивации к деятельности;
- получение ими новой информации, новых знаний при решении конкретных, практических задач;
- обогащение чувственным опытом и опытом мыслительной и практической деятельности не только в ходе учебной работы, но и во внеурочное время, в условиях межличностного общения;
- обретение умений и навыков без принуждения;
- занятость каждого ребенка в течение всего занятия.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество старших

Основные организационно-воспитательные мероприятия, проводимые в школе:

- беседы с обучающимися (об истории города, округа, области, истории российского спорта, о здоровом образе жизни и т.д.);
- анкетирование обучающихся и родителей;
- встречи с выдающимися спортсменами;
- посещение спортивных праздников и соревнований городского, окружного и региональных уровней;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- организация чествования лучших спортсменов школы.

8. Формы аттестации

- Сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов общей, специальной физической, технической подготовленности обучающихся (для групп начальной подготовки).
- Викторины по типу: «Веселые старты», «День здоровья».
- Контрольные и товарищеские игры.
- Первенства школы, района.
- Прием контрольных нормативов (промежуточная и итоговая аттестация обучающихся) проводится два раза в год: в начале учебного года (ноябрь) и в конце учебного года (май).

9. Оценочные материалы

Для оценки результативности программы используется промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация – оценка уровня и качества освоения программы согласно «Положению об аттестации» проводится по окончании обучения, итоги заносятся в «Журнал учета работы объединения».

Обучающихся аттестуют по дисциплинам:

- общая физическая и специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка.

Сдача нормативов проводится в форме тестирования (Приложение 2)

Программа аттестации предполагает три уровня освоения общеобразовательной программы и развития личностных качеств обучающихся – низкий, средний и высокий.

Критерии уровней сформированности образовательной деятельности учащихся прописаны в программах по промежуточной аттестации и итоговому контролю.

- Высокий уровень – учащийся освоил практически весь объем знаний и овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.
- Средний уровень - учащийся освоил половину объема знаний и овладел половиной умений и навыков, предусмотренных программой за конкретный период, выполняет задания на основе образца.
- Низкий уровень - учащийся освоил менее половины объема знаний и овладел менее половины умений и навыков, чем предусмотрено программой за конкретный период, в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога.

Оценка теоретического материала проходит в форме: опросов, наблюдения, в беседе (Приложение 3).

Контроль и оценка результатов, обучающихся предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения программы ребенком и не допускает сравнения его с другими детьми.

В процессе обучения детей по данной программе отслеживаются три вида контроля:

- Предварительный контроль (проверка знаний учащихся на начальном этапе освоения программы).
- Текущий контроль (отслеживание активности учащихся участия в школьных и районных соревнованиях).
- Итоговый контроль (заключительная проверка знаний, умений, навыков на последнем занятии) – итоговое соревнование.

Формы фиксации и отслеживания образовательных результатов: журнал посещаемости, опрос и участие в соревнованиях.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: Участие в соревнованиях

Способом организации накопительной системы оценки является «Лист достижений» обучающегося. «Лист достижений» – список выполненных нормативов, участие в соревнованиях, прогресс и достижения.

10. Медико-биологический контроль

Цели и задачи медико-биологического контроля

При любой форме физкультурно-оздоровительной работы очень важен систематический медицинский контроль. Ведь уровень здоровья и функциональное состояние организма – важное условие определения адекватного двигательного режима для каждого человека и оценки его эффективности.

Цель медико-биологического контроля: определение рационального двигательного режима, адекватного анатомо-физиологическим и клиническим особенностям определенных возрастных групп; сохранение и укрепление здоровья спортсменов, на основе использования средств и методов физического воспитания.

Задачи медико-биологического контроля:

1. Определение показаний и противопоказаний к занятиям баскетболом;
2. Обоснование рациональных режимов учебно-тренировочного процесса баскетболистов;
3. Систематическое наблюдение за физическим и психо-эмоциональным состоянием баскетболистов;
4. Обучение спортсменов самоконтролю в процессе занятий;
5. Санитарно-гигиенический надзор за местами и условиями проведения учебно-тренировочных занятий баскетболистов;
6. Медицинское обеспечение соревнований по баскетболу;
7. Санитарно-просветительская работа по вопросам рационального использования средств занятий баскетболом, профилактике травм и заболеваний, питания, режима отдыха и т.д.
8. Ведение медицинской документации.

Структура и формы медико-биологического контроля.

Основа медико-биологического контроля – диспансерный метод – мониторинг, который подразумевает проведение регламентированных форм врачебного контроля вне зависимости от субъективных ощущений спортсмена.

Сущность мониторинга- активное выявление функциональных или органических патологических состояний организма.

Врачебно-педагогический контроль.

Задача – определение уровня здоровья, физической работоспособности и подготовленности спортсмена после завершения определенного этапа подготовки.

Срочный контроль.

Задача – оценка адекватности физической нагрузки функциональному состоянию спортсмена. В процессе тренировки анализируется:

- внешние признаки утомления;
- динамика ЧСС;
- масса тела.

Цели и задачи врачебно-педагогического контроля.

Цель – оценка воздействия на организм тренировочных или лечебно-оздоровительных нагрузок; установление уровня тренированности; коррекция УТЗ.

Задачи:

- изучения соответствия условий занятий согласно гигиеническим и физиологическим нормам;
- изучение соответствия средств и систем тренировки ее задачам и функциональным возможностям занимающихся;

- оценка общей и специальной тренированности;
- текущее и перспективное планирование УТЗ;
- выбор и оценка педагогических(оптимальное построение микро, мезо и макроциклов), психологических (психорегуляция, аутогенная тренировка и т.д.) и медицинских средств восстановления(витаминизация, сауна, массаж, рациональное питание).

Формы врачебно-педагогического контроля.

- плотность учебно-тренировочного занятия;
- самоконтроль;
- ведение дневника спортсмена

11. Информационные ресурсы и литература

Литература для учителя:

- Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост. А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.
- Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.
- Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. – М.: Советский спорт, 2007.
- Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка
- Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.
- Мини – баскетбол в школе. Ю.Ф. Буйлин
- Воспитание физических качеств (метод пособие) 2004 год.
- Методика физического воспитания учащихся 10-11 классов 2005 год

Интернет – ресурсы

- Сеть творческих учителей www.it-n.ru <http://www.bibliotekar.ru> библиотека <http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com Сеть творческих учителей,
- [http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура](http://www.openclass.ru/sub/Физическая%20культура)
- Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры. <http://www.uchportal.ru> Учительский портал. <http://ballplay.narod.ru> Персональный сайт
- Скиндера Александра Васильевича. На сайте очень много полезной информации по методике подготовки баскетболистов. <http://www.kes-basket.ru/> Школьная баскетбольная лига.
- <https://www.sports.ru/basketball/russia/>
- <https://www.fizkult-ura.ru/>
- https://basketball-training.org.ua/about_site (уроки баскетбола от А до Я)
- <https://www.basketbolist.org.ua/>
- [http:// pro-basketball.ru](http://pro-basketball.ru)

Литература для учащихся:

- Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! _ М.:Просвещение.2004
- Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов. М.: Просвещение, 2011
- Виленский М.Я.; Туревский И.М. ; Матвеев А.П. Физическая культура: 8-9 кл. – М.: Просвещение, 2011
- Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2011
- Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.
- Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ.2007г.
- Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999г.

- Леонов А.Д. Малый А.А. Баскетбол – книга для учащихся – Киев, Радянська школа, 1989.
- https://multiurok.ru/elena_adelveis/blog/zariadki/ Зарядки
- https://multiurok.ru/elena_adelveis/blog/pravilnoe-pitanie/ Правильное питание

Приложение 1

Перечень средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках регионального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в
Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №2»
наименование образовательной организации

№ п/п	№ п/п в методических рекомендациях	Наименование оборудования	Краткие примерные технические характеристики	Единица измерения	Количество
Направленность дополнительного образования: Физкультурно-спортивная направленность					
1.	24.2	Мяч баскетбольный	Материал покрышки резина, бутиловая камера, клееный, не менее 8 панелей, материал обмотки камеры - нейлон. Размер 7	шт	20
2.	24.5	Секундомер	Электронный профессиональный Обладает расширенным набором функций: - секундомер точность не хуже 0,01 с, предел измерения 9 ч 59 мин. 59 сек. не менее 100 ячеек памяти для хранения значений времени, показ лучшего, худшего, среднего времени круга, возможность обращения к ячейкам памяти после сброса показаний и во время работы секундомера - сдвоенный таймер для тренировок (второй таймер запускается по окончании работы первого) счетчик количества повторов работы таймера, возможность использования в качестве обычного таймера, если значение второго таймера не установлено	шт	5

			<ul style="list-style-type: none"> - метроном, счетчик сигналов - часы, дата, будильник, календарь <p>Корпус секундомера изготовлен из пластика Размеры: длина не менее 11 см, ширина не менее 6 см В комплекте: секундомер, литиевая батарейка CR2032, шнурок, инструкция по эксплуатации на русском языке</p>		
3.	24.7	Фишки (конусы)	Используются в качестве ограничителя пространства и для обвода Представляет собой конус высотой не менее 30 см Материал изготовления - пластик	шт	10
4	24.13	Скакалка	Представляет собой шнур из резинового пластика, с двумя пластиковыми ручками Возможность уменьшить длину скакалки: наличие Толщина шнура не менее 5 мм Длина скакалки не менее 300 см	шт	20
5	24.14	Скамейка гимнастическая	Материал доски: хвойные породы дерева Верхняя доска скамейки - сидение шириной не менее 230 мм, толщиной не менее 40 мм Покрытие: полиуретановый лак Средняя опора: наличие Габаритные размеры: длина не менее 200 см ширина не менее 23 см высота не менее 30 см	шт	7
6	24.16	Утяжелитель для рук	Состав: мягкая ткань, липучки для фиксации Комплектуются парами: утяжелители для рук - 1 пара Вес одного утяжелителя не менее 500 г	шт	20
7	24.17	Эспандер резиновый ленточный	Жгут тренировочный представляет собой резиновые петли, выполненные из латекса, предназначенные для выполнения силовых упражнений Длина жгута (в два сложения) не менее 104 см, ширина не менее 0,64 см, толщина не	шт	20

			менее 0,45 см Максимальная нагрузка не менее 10 кг Максимальное растяжение не менее 500 см		
--	--	--	--	--	--

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см).

Возраст	Пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	выше среднего	высокий
9 -10 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-38	39 и выше
12-13 лет		25-31	32-37	38 и выше
		31-36	37-41	42 и выше
14-15 лет	Д	Д	33-38	39 и выше
	М	М	40-45	46 и выше
16-17 лет	Д	28-33	35-39	40 и выше
	М	33-40	42-46	47 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м.

Возраст	Девочки			Мальчики		
	высокий	выше среднего	средний	высокий	выше среднего	средний
9 -10 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
12-13 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,1
14-15 лет	3,5 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1
16-17 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1-4,3	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3

Передачи и броски мяча.

№ п/п	Контрольные упражнения	Возраст		
		9-10	12-15	
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество).	20	22	
2.	5 штрафных бросков (попаданий).	2	2	
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий).	6	7	

Уровень результатов работы по программе:

Приобретение социальных знаний (первый уровень)	Формирование ценностного отношения к социальной реальности (второй уровень)	Получение опыта самостоятельного общественного действия (третий уровень)
Занятия в секции, овладение техникой игры в баскетбол		
Участие в школьных спортивных соревнованиях, месячниках		

Оценочные материалы

№	Тесты	результат					
		высокий		средний		низкий	
		М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	10	11	10,5	11,5	11	12
		8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3x10м с ведением мяча (сек).	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5	5	4	4	3	3
		5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		7	7	6	6	5	5
		8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3 м. и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	19	18	18	17	17	16
		20	19	19	18	18	17
		21	20	19	18	18	17
		22	20	20	19	19	19

**Вопросы для определения теоретической подготовленности учащихся по
правилам соревнований**

Площадка и её разметка.

- Какую форму имеет площадка?
- Какие требования предъявляются к площадке?
- Как называются линии, ограничивающие площадку?
- Что такое средняя линия?
- Что такое линии нападения?
- Для чего нужна линия нападения?
- Что такое площадь нападения?
- Какова ширина линий разметки?
- Входит ли ширина линий в размер площадки?

Мяч.

- Каким должен быть мяч для игры?
- Кто решает вопрос о пригодности мяча?

Правила и обязанности игроков.

- Что должны знать участники соревнований?
- Имеет ли право игрок обращаться непосредственно к судье во время соревнований?
- В чём заключается основное различие между предупреждением и персональным замечанием?
- Может ли судья сделать персональное замечание игроку, не получившему до этого предупреждение?
- В каких случаях применяется удаление игрока?
- Разрешается ли включать в состав команды игрока, не имеющего разрешения врача о допуске к соревнованиям?

Возраст игроков.

- На какие возрастные группы делятся участники соревнований?

Костюм игроков.

- Каким должен быть костюм игрока?
- Разрешается ли игрокам выступать без обуви?
- Разрешается ли игрокам выступать в головных уборах?
- Какие предметы должны быть исключены из костюма игрока?
- В какой форме должны выступать команды?
- Разрешается ли игрокам выступать в тренировочных костюмах?
- Должна ли спортивная форма одной команды отличаться по цвету от спортивной формы другой команды?
- Разрешается ли игроку изменять свой личный номер во время соревнования?
- В каком порядке присваиваются номера основным и запасным игрокам каждой команды? Какой отличительный знак должен иметь капитан команды?

Состав команды и расстановка игроков.

- Каково число игроков в команде?
- Какие игроки считаются основными и какие запасными?
- Разрешается ли изменять состав основных и запасных игроков в следующей партии?
- Разрешается ли допускать к соревнованиям игроков, не занесённых в протокол до начала соревнований?
- Существует ли обязательная расстановка игроков?

Счёт и результат игры.

- Когда соревнование считается законченным?
- Как записать встречу, если команда не явилась на соревнование?

Замены игроков.

- Разрешается ли замена игрока в процессе соревнования?
- Когда может быть произведена замена игрока?
- Даётся ли команде время на замену игрока?
- Какое место должен занять запасной игрок входящий в игру?

Перерывы.

- Когда команда может потребовать перерыв для отдыха?