

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Центрального района Санкт-Петербурга «Фонтанка-32»

ПРИНЯТА
решением Педагогического Совета
ГБУДО ДДТ «Фонтанка-32»

Протокол № 3
от 29 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБУ ДО ДДТ «Фонтанка-32»

№ 95-о от 31 августа 2026 г.
И.о. директора ГБУ ДО ДДТ «Фонтанка-32»
_____ Курсман Н.В.

Курсман
Нина
Викторовна

Подписано цифровой
подписью: Курсман
Нина Викторовна
Дата: 2026.10.05
11:35:47 +03'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Основы баскетбола»

возраст обучающихся 13-17 лет
срок освоения 3 года

Разработчик:
Мицкевич Н.В.
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основные характеристики программы и организационно-педагогические условия ее реализации.

Направленность программы : физкультурно-спортивная.

Адресат программы:

- учащиеся 13-17 лет с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Актуальность

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают учащихся целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх обучающимся приходится самостоятельно решать, как действовать, чтобы достигнуть цели, формируется ответственность за принятое решение. Игры помогают обучающимся расширять и углублять свои представления об окружающей действительности и взаимодействия с товарищами. Особенность подвижных игр является их соревновательный, творческий, коллективный характер.

Отличительные особенности данной программы - Государственные программы, по которым проводятся занятия в ДЮСШ и ДЮСШОР по уровню освоения материала не соответствуют уровню физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ и не могут применяться в работе с обычными детьми. Данная программа адаптирована по сложности к уровню физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ и может применяться в массовой физкультурно-оздоровительной работе.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы:

Программа рассчитана на 3 года обучения.

1 г.о. – 144 часа, 2 и 3 г.о. – по 216 часов.

Режим занятий: 1 г.о.- 2 раза в неделю по 2 ак.час, 2 и 3 г.о. – 2 раза в неделю по 3 ак.часа.

Цель и задачи программы:

Цель: Содействие овладению техническими элементами и тактическими приемами игры в баскетбол, способствующими формированию разносторонне развитой личности, осознанию важности здорового образа жизни.

Задачи:

Обучающие:

- создание условий для расширения двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;
- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);
- формирование знаний и представлений о спортивной тренировке и соревнованиях.

Развивающие:

- развитие у школьников потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- создание условий для индивидуального развития ребенка в избранной деятельности, стремление к физическому совершенству;

Воспитательные:

- формирование навыков позитивного общения;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;
- формирование умений самостоятельно оценивать состояние своего здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;

Планируемые результаты освоения программы:**Личностными**

- ориентация на успех в избранной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные

- умение планировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Предметные результаты:

- умение использовать разнообразные виды и формы физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- овладение современными методиками укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний;
- овладение способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- овладение техническими приёмами и двигательными действиями избранного вида спорта с помощью активного применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- овладение технико-тактическими приёмами (умениями) работы с мячом, и их применение в игровой и соревновательной деятельности.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Язык реализации программы: на государственном языке РФ - русском

Форма обучения: очная, заочная, самообразование.

Особенности реализации программы: реализация с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, организация и проведение массовых мероприятий (соревнования, конкурсы, олимпиады), с учетом их психолого-педагогических особенностей, особых образовательных потребностей.

Условия набора и формирования групп: принимаются все желающие 13-17 лет.

Количество обучающихся в группе: осуществляется по заявлению родителей и желанию ребенка. На первой тренировке производится визуальная оценка навыков и способностей ученика. По результатам этой оценки ребенок может быть определен не только в начальную группу, но и в группу второго и последующего годов обучения, особенно, если ребенок способный или занимался в аналогичной группе в другом учебном заведении. В группу первого года обучения принимаются желающие, имеющие медицинский допуск и согласие родителей. В группы 2 и 3 г.о. обучения переходят занимающиеся, освоившие технические и тактические приемы игры; а также новые учащиеся соответствующие уровню подготовки основной группы.

Форма организации и проведения занятий: программой предусматриваются как аудиторные, так и внеаудиторные, в т.ч. самостоятельные, занятия, которые проводятся по группам или индивидуально.

Формы занятий: в форме практического секционного занятия, тематического мероприятия, беседы, просмотра видеофильмов. Занятия построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Так же включены соревновательные мероприятия.

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал (17х8 м), Скамейка гимнастическая, Стойки для обводки, Щиты тренировочные с кольцами, Мячи баскетбольные, Щиты с кольцами, Скакалки, Мячи.

**Учебный план
первого года обучения**

№ п/ п	Тема	количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.	2	2	-	анкетирован, опросники
2	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.	2	2	-	опросники, беседа
3	Правила игры в баскетбол. История развития баскетбол.	4	4	-	опросники
4	Места занятий, оборудование.	2	2	-	беседа
5	Общая и специальная физическая подготовка	60	2	58	практические занятия
6	Основы техники баскетбола	54	2	52	практические занятия
7	Основы тактики баскетбола	14	2	12	практические занятия
8	Соревнования по баскетболу Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры	6	-	6	практические занятия, таблица тестирования
	Итого	144	16	128	

**Учебный план
второго года обучения**

№ п/ п	Тема	количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.	1	1	-	анкетирован, опросники
2	Гигиенические знания и навыки.	3	3		опросники, беседа
3	Правила игры в баскетбол	3	2	1	опросники
4	Места занятий, оборудование.	2	2		беседа
5	Общая и специальная физическая подготовка	54	3	51	практические занятия
6	Базовая техника баскетбола	78	13	65	практические занятия
7	Базовая тактика баскетбола	59	8	51	практические занятия
8	Соревнования по баскетболу Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры	16		16	практические занятия, таблица тестирования
	Итого	216	32	184	

**Учебный план
третьего года обучения**

№ п/ п	Тема	количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.	1	1	-	анкетирован, опросники
2	Гигиенические знания и навыки.	3	3		опросники, беседа
3	Правила игры в баскетбол	3	2	1	опросники
4	Места занятий, оборудование.	2	2		беседа
5	Общая и специальная физическая подготовка	54	3	51	практические занятия
6	Базовая техника баскетбола	59	8	51	практические занятия
7	Базовая тактика баскетбола	78	13	65	практические занятия
8	Соревнования по баскетболу Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры	16		16	практические занятия, таблица тестирования
	Итого	216	32	184	

Сводный учебный план

Основы баскетбола	1 г.о.	2 г.о.	3 г.о.	ИТОГО
Теория	16	32	32	80
Практика	128	184	184	496
итого	144	216	216	576

УТВЕРЖДЕНА
№ _____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Зам. директор по ВР
ГБУДО ДДТ «Фонтанка-32»

Т.М. Михейкина

Календарный учебный график обучения.

Год обучения	Начало обучения по программе	Окончание обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
первый год	сентябрь	май	36	72	144	2 раза в неделю 2 ак. часа
второй год	сентябрь	май	36	72	216	2 раза в неделю 3 ак. часа
третий год	сентябрь	май	36	72	216	2 раза в неделю 3 ак. часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи:

Обучающие:

- создание условий для расширения двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;
- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);
- формирование знаний и представлений о спортивной тренировке и соревнованиях.

Развивающие:

- развитие у школьников потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- создание условий для индивидуального развития ребенка в избранной деятельности, стремление к физическому совершенству;

Воспитательные:

- формирование навыков позитивного общения;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;
- формирование умений самостоятельно оценивать состояние своего здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;

Планируемые результаты освоения программы:

Личностными

- ориентация на успех в избранной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные

- умение планировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и

оценки для создания нового, более совершенного результата.

Предметные результаты:

- умение использовать разнообразные виды и формы физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- овладение современными методиками укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний;
- овладение способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- овладение техническими приёмами и двигательными действиями избранного вида спорта с помощью активного применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- овладение технико-тактическими приёмами (умениями) работы с мячом, и их применение в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемые результаты программы первого года обучения

Сформировать у обучающихся способности:

- выполнять учебные нормативы, позволяющие отображать уровень технического мастерства;
- работать в коллективе демонстрируя взаимодействие с командой, сотрудничество с напарниками в решении общеконандной цели;
- оценивать личностные достижения в динамике и взаимодействии с обучением;

Содержание программы первого года обучения.

1. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.

Теория

Краткая характеристика баскетбола как средства физического воспитания. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.

2. Гигиенические знания и навыки. Закаливание.

Теория

Общий режим дня, личная гигиена, гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.

Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Обливание, обтирание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры.

3. Правила игры в баскетбол. История развития баскетбола.

Теория

История возникновения баскетбола и история развития его в России.

Виды соревнований по баскетболу. Правила игры в баскетбол.

4. Места занятий, оборудование.

Теория

Площадка для игры её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований. Специальное оборудование.

5. Общая и специальная физическая подготовка

Теория

Ознакомление с упражнениями, заданиями, нормативами.

Практика

Выполнение различных упражнений

упражнения со скакалками, резиновыми и набивными мячами.

упражнения на гимнастических снарядах.

акробатические упражнения
легкоатлетические упражнения
подвижные игры, комбинированные эстафеты

6. Основы техники баскетбола

Теория

Техники выполнения нападения, защиты, передачи мяча.

Практика

Выполнение различных техник.

действия без мяча (перемещения и стойки),

действия с мячом (броски по кольцу с расстояния 1 м. броски со средних и дальних дистанций.

броски по кольцу после ведения.

передачи мяча в парах.

передачи мяча в движении.

обводка стоек.

техника защиты

7. Основы тактики баскетбола

Теория

Тактики нападения, перехвата.

Практика

Выполнение различных действий.

Перехват. Накрывание.

Командное нападение.

Взаимодействовать с заслоном, а так же применять индивидуальные, Групповые и командные действия в защите в игре баскетбол

8. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и технике игры.

Практика

Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и технике и игры:

челночный бег 3*10

прыжок вверх с разбега

метание набивного мяча из-за головы двумя руками (сидя, стоя, в прыжке с места)

передачи мяча в парах

штрафной бросок

передача и ловля мяча от стены за 30 сек.

Бросок с двух шагов после ведения

**Календарно-тематическое
планирование первого года обучения**

Месяц	дата	Наименование темы	Количество часов		
			теор ия	прак тика	Всего
Сентябрь		ТБ при игре в баскетбол. Упр. с передачей и ведением мяча. Игры.	1	1	2
		ОФП. Упр. с передачей и ведением мяча. Игры.	1	1	2
		Упр. на скорость. Передачи от груди, через пол. Игры с мячом.		2	2
		Упр. на скорость. Совершенствование передач. Игры с мячом.		2	2
		Упр. на выносливость. Эстафеты с мячом Баскетбол – учебная игра.		2	2
		Упр. на выносливость. Эстафеты с мячом Баскетбол – учебная игра.		2	2
		Упр. на координацию. Броски с отскоком от щита Баскетбол – учебная игра.		2	2
		Упр. на координацию. Бросок с двух шагов. Баскетбол – учебная игра		2	2
Октябрь		Упр. в парах. Бросок с 2-х шагов. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. в парах. Бросок с 2-х шагов. Баскетбол – учебная игра		2	2
		ОФП. Совершенствование передач и бросков. Эстафеты с мячом(ведение). Баскетбол – учебная игра		2	2
		ОФП. Совершенствование передач и бросков. Эстафеты с мячом(ведение). Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Упр. на скорость. Штрафной бросок. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на скорость. Штрафной бросок. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на координацию. Передача в движении. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на координацию. Передача в движении. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
Ноябрь		История Б/Б. Площадка, оборудование. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Тесты. Эстафеты с мячом. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Совершенствование передач мяча. Круговая тренировка. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Совершенствование ведения мяча. Круговая тренировка. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Упр. на скоростную выносливость. Игры с передачами.		2	2

		Упр. на скоростную выносливость. Игры с передачами.	1	1	2
		ОФП. Передачи от плеча, из-за головы. Тактика защиты (персональная опека) Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		ОФП. Передачи от плеча, из-за головы. Тактика защиты (персональная опека) Баскетбол – учебная игра	1	1	2
Декабрь		Упр. у гимнастической стенки. Игры с ведением. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Упр. у гимнастической стенки. Игры с ведением. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на координацию. Эстафеты с мячом. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на координацию. Силовые эстафеты. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на выносливость. Бросок с 2-х шагов после ведения. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Упр. на выносливость. Бросок с 2-х шагов после ведения. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Круговая тренировка. Баскетбол – учебная игра		2	2
		ОФП. Тактика защиты. Баскетбол – учебная игра		2	2
		ОФП. Тактика защиты. Баскетбол – учебная игра		2	2
		ОФП. Тактика защиты. Баскетбол – учебная игра		2	2
Январь		Мини-турнир по круговой системе		2	2
		ТБ. Упр. у гимнастической стенки. Совершенствование ведения. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. у гимнастической стенки. Совершенствование ведения. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упр. на координацию. Эстафеты. Баскетбол – учебная игра.		2	2
		Упр. на координацию. Эстафеты. Баскетбол – учебная игра.	1	1	2
		Упр. на скорость. Баскетбол – игра без ведения		2	2
Февраль		Упр. на скорость. Баскетбол – игра без ведения		2	2
		ОФП. Передачи от плеча и из-за спины. Баскетбол – учебная игра		2	2
		ОФП. Передачи от плеча и из-за спины. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Силовые упр. в парах. Передачи из-за спины и сверху в прыжке. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Силовые упр. в парах. Передачи из-за спины и сверху в прыжке.		2	2

		Баскетбол – учебная игра			2
		Совершенствование ведения в играх. Баскетбол – учебная игра		2	
		Совершенствование ведения в эстафетах. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Броски с разных точек площадки Баскетбол – учебная игра		2	2
Март		Броски с разных точек площадки после приема передачи. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Совершенствование передач в играх. Баскетбол – учебная игра	1	1	2
		Совершенствование броска с 2-х шагов с сопротивлением защитника. Баскетбол		2	2
		Совершенствование броска с 2-х шагов с сопротивлением защитника. Баскетбол		2	2
		Бросок с 2-х шагов после приема передачи или подбора.		2	2
		Штрафной бросок. Бросок с 2-х шагов после приема передачи или подбора.		2	2
		Парные эстафеты с мячом. Учебная игра		2	2
		Бросковые эстафеты с места. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Бросковые эстафеты с 2-х шагов с сопротивлением. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Совершенствование штрафного броска. Баскетбол.		2	2
Апрель		Круговая тренировка. Баскетбол – учебная игра		2	2
		Упражнения на скоростную выносливость. Баскетбол		2	2
		Упражнения на скоростную выносливость. Баскетбол		2	2
		Тесты. Эстафеты с мячом. Баскетбол	1	1	2
		Передачи через щит. Эстафеты. Баскетбол		2	2
		Передачи через щит. Подбор. Баскетбол		2	2
		Индивидуальная защита. Упр. в парах, тройках. Учебная игра		2	2
		Индивидуальная защита. Упр. в парах, тройках. Учебная игра		2	2
		Упражнения с набивными мячами. Ловля в прыжке. Баскетбол		2	2
		Упражнения с набивными мячами. Ловля в прыжке. Баскетбол		2	2
Май		Финты. Броски в прыжке. Баскетбол		2	2
		Финты. Броски в прыжке. Баскетбол		2	2
		Эстафеты с ведением и броском. Баскетбол		2	2
		«Школа мяча» - тесты. Баскетбол – игра без ведения.	1	1	2
		итога	16	128	144

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи:

Обучающие:

- создание условий для расширения двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;
- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);
- формирование знаний и представлений о спортивной тренировке и соревнованиях.

Развивающие:

- развитие у школьников потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- создание условий для индивидуального развития ребенка в избранной деятельности, стремление к физическому совершенству;

Воспитательные:

- формирование навыков позитивного общения;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;
- формирование умений самостоятельно оценивать состояние своего здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;

Планируемые результаты освоения программы:

Личностными

- ориентация на успех в избранной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные

- умение планировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и

оценки для создания нового, более совершенного результата.

Предметные результаты:

- умение использовать разнообразные виды и формы физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- овладение современными методиками укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний;
- овладение способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- овладение техническими приёмами и двигательными действиями избранного вида спорта с помощью активного применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- овладение технико-тактическими приёмами (умениями) работы с мячом, и их применение в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемые результаты программы второго года обучения

Сформировать у обучающихся способности:

- выполнять учебные нормативы, позволяющие отображать уровень технического мастерства;
- работать самостоятельно с информационными источниками, получая необходимые знания в избранной деятельности;
- работать в коллективе демонстрируя взаимодействие с командой, сотрудничество с напарниками в решении общекомандной цели;
- оценивать личностные достижения в динамике и взаимодействии с обучением;
- уметь выполнять функции наставничества в работе с младшими .

Содержание программы второго года обучения.

1. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.

Теория

Краткая характеристика баскетбола как средства физического воспитания. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.

2. Гигиенические знания и навыки.

Теория

Сведения о строении и функциях организма, влияние физических упражнений на организм занимающихся.

- общие гигиенические требования к занимающимся баскетболом с учётом его специфических особенностей
- режим дня и питания с учётом занятий спортом
- предупреждение спортивных травм на занятиях баскетболом
- гигиенические требования к спортивной одежде и инвентарю
- основные сведения о сердечно-сосудистой системе человека и её функциях
- значение дыхания для жизнедеятельности организма.
- влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов Сведения о строении и функциях организма, влияние физических упражнений на организм занимающихся
- влияние физических упражнений на систему дыхания, дыхание в процессе занятий баскетболом.

3. Правила игры в баскетбол. История развития баскетбола.

Теория

Состав команды, замена игроков, упрощенные правила игры, основы судейской терминологии и жеста.

Практика

Игра-соревнование.

4. Места занятий, оборудование

Теория

Инвентарь для игры в баскетбол, уход за инвентарём, оборудование мест занятий

5. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория

Строевые упражнения (команды для управления группой, понятия о строе и командах)

ОФП

Практика

- гимнастические упражнения (упражнения с набивными мячами, упражнения с гимнастическими палками и др.)
- акробатические упражнения
- легкоатлетические упражнения, метание
- спортивные игры (баскетбол), подвижные игры («гонка мячей», «салки», «подвижная цель», «невод»), эстафеты
- СФП
- упражнения для привития навыков быстроты ответных действий
- упражнения для развития прыгучести
- подвижные игры («день и ночь», «вызов номеров», «попробуй, унеси», специальные эстафеты)
- упражнения для развития качеств, необходимых при приёмах и передачах
- упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении бросков мяча

6. Базовая техника баскетбола.

Теория

Беседа-повторение «Выполнение техник нападения, защиты»

Практика

Выполнение заданий: действие без мяча: перемещения и стойки (стартовая стойка, скачок вперёд, сочетание стоек и перемещений);

действия с мячом (передачи мяча в парах, тройках, передача в стену в сочетании с перемещениями, передача мяча в стену с изменением высоты выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой);

броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной от головы.

действия без мяча (остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок);

действия с мячом (вырывание и выбивание, перехват, накрывание.)

7. Базовая тактика баскетбола.

Теория

Беседа-повторение «Выполнение тактики нападения, защиты»

Практика

Выполнение практических заданий: игра против персональной опеки, действия против зонной защиты, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол, быстрый прорыв, комбинационное нападение.

Взаимодействовать с заслоном, персональная опека, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол.

8. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры

Практика

Соревнования по баскетболу.

Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры

челночный бег 3*10

прыжок вверх с разбега

метание набивного мяча из-за головы двумя руками (сидя, стоя, в прыжке с места)

передачи мяча в парах

штрафной бросок

передача и ловля мяча от стены за 30 сек.

Бросок с двух шагов после ведения.

Планирование учебного материала по баскетболу 2-й год обучения.

Месяц	дата	Наименование темы	Количество часов		
			теория	практика	Всего
Сентябрь		ТБ при игре в баскетбол. ПДД. Упр. с передачей и ведением мяча. Игры.	1	2	3
		Упр. в парах на сопротивление. Эстафеты с ведением и передачей. Баскетбол	1	2	3
		Упр. с набивными мячами. Бросок в движении с 2-х шагов после ведения. Штрафной бросок. Баскетбол		3	3
		Упр. с набивными мячами. Бросок в движении с 2-х шагов после ведения. Штрафной бросок. Баскетбол	1	2	3
		СФП. Бросок после ведения и передачи. Повторить ловлю в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Бросок после ведения и передачи. Повторить ловлю в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Передача назад под рукой. Добивание после отскока от щита. Учебная игра (без ведения)		3	3
		СФП. Передача назад под рукой. Добивание после отскока от щита. Учебная игра (без ведения)	1	2	3
Октябрь		ОФП. Бросок с разных точек площадки. Позиционное нападение. Учебная игра		3	3
		ОФП. Бросок с разных точек площадки. Позиционное нападение. Учебная игра		3	3
		СФП. Броски в прыжке с дальней и средней дистанции. Финты. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Броски в прыжке с дальней и средней дистанции. Финты. Двусторонняя игра	1	2	3
		Круговая тренировка. Бросок над головой сбоку (крюком) с места. Зонная защита. Учебная игра		3	3
		Круговая тренировка. Бросок над головой сбоку (крюком) с места. Зонная защита. Учебная игра	1	2	3
		СФП. Броски крюком в прыжке, после ловли. Штрафной бросок. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Бросок над головой сбоку (крюком) с места. Зонная защита. Учебная игра	1	2	3
Ноябрь		Штрафной бросок – учет. Эстафеты с ведением и броском по кольцу при активном сопротивлении	1	2	3
		Мини-турнир по круговой системе	1	2	3
		Круговая тренировка. Совершенствование бросков. Баскетбол		3	3
		Круговая тренировка. Совершенствование ведения. Баскетбол	1	2	3
		Упр. с набивными мячами. Броски с различных точек площадки. Учебная игра (повторить персональную опеку)		3	3
		Упр. с набивными мячами. Броски с различных	1	2	

		точек площадки. Учебная игра (повторить персональную опеку)			3
		СФП. Позиционное нападение. Добивание после отскока от щита. Учебная игра	1	2	3
		СФП. Позиционное нападение. Добивание после отскока от щита. Учебная игра	1	2	3
Декабрь		СФП. Бросковые эстафеты. Двусторонняя игра	1	2	3
		Тесты по ОФП. Двусторонняя игра		3	3
		Добивание после ловли в прыжке (без приземления). Двусторонняя игра (зонная защита)	1	2	3
		Добивание после ловли в прыжке (без приземления). Двусторонняя игра (зонная защита)		3	3
		Упр. на сопротивление в парах. Отработка тактических действий в двусторонней игре	1	2	3
		Упр. на сопротивление в парах. Отработка тактических действий в двусторонней игре		3	3
		Быстрый прорыв. Комбинационная игра	1	2	3
		Быстрый прорыв. Комбинационная игра		3	3
		Круговая тренировка. Бросковые эстафеты. Двусторонняя игра		3	3
Январь		Мини-турнир по круговой системе	1	2	3
		Заслон в нападении. Броски с разных точек площадки в прыжке. Двусторонняя игра	1	2	3
		Заслон в нападении. Броски с разных точек площадки в прыжке. Двусторонняя игра	1	2	3
		Двусторонняя игра с применением позиционного нападения		3	3
		Двусторонняя игра с применением позиционного нападения	1	2	3
		Упр. в парах на сопротивление. Учебная игра 3х3 на отработку тактических действий		3	3
Февраль		Упр. в парах на сопротивление. Учебная игра 3х3 на отработку тактических действий	1	2	3
		Групповой отбор мяча. Передача через щит. Двусторонняя игра	1	2	3
		Групповой отбор мяча. Передача через щит. Двусторонняя игра		3	3
		Совершенствование броска с 2-х шагов с сопротивлением защитника. Баскетбол		3	3
		Совершенствование броска с 2-х шагов с сопротивлением защитника. Баскетбол		3	3
		Бросок в прыжке с отскока от щита. Баскетбол	1	2	3
		Бросок в прыжке с отскока от щита. Баскетбол		3	3
		Упражнения на скоростную выносливость. Баскетбол		3	3
Март		Упражнения на скоростную выносливость. Баскетбол		3	3
		Совершенствование ведения в эстафетах. Баскетбол – учебная игра	1	2	3
		Совершенствование ведения при активном сопротивлении.		3	3

		Баскетбол – учебная игра			3
		Бросковые эстафеты с места. Баскетбол – учебная игра		3	
		Бросковые эстафеты с 2-х шагов при активном сопротивлении. Баскетбол – учебная игра		3	3
		Подбор с отскока от щита. Баскетбол – учебная игра без ведения	1	2	3
		Борьба под щитом. Баскетбол – учебная игра без ведения		3	3
		Совершенствование штрафного броска. Баскетбол.	1	2	3
		Совершенствование штрафного броска. Баскетбол.		3	3
		Передачи в движении после ведения. Баскетбол.		3	3
Апрель		Совершенствование передач. Баскетбол.	1	2	3
		Круговая тренировка. Баскетбол.		3	3
		Круговая тренировка. Баскетбол.		3	3
		Тесты. Баскетбол – учебная игра без ведения		3	3
		Быстрый прорыв. Комбинационная игра	1	2	3
		Упр. с набивными мячами. Зонная защита в двусторонней игре.		3	3
		Упр. с набивными мячами. Зонная защита в двусторонней игре.		3	3
		СФП. Броски в прыжке. Финты. Баскетбол	1	2	3
Май		Силовые упр. в парах. Позиционное нападение		3	3
		Эстафеты с набивным мячом. Баскетбол.		3	3
		Заслон. Добивание в прыжке. Двусторонняя игра	1	2	3
		Заслон. Добивание в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		Совершенствование тактико-технических действий в двусторонней игре		3	3
		Совершенствование тактико-технических действий в двусторонней игре		3	3
		Мини-турнир по круговой системе	1	2	3
		итого	32	184	216

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи:

Обучающие:

- создание условий для расширения двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;
- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);
- формирование знаний и представлений о спортивной тренировке и соревнованиях.

Развивающие:

- развитие у школьников потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- создание условий для индивидуального развития ребенка в избранной деятельности, стремление к физическому совершенству;

Воспитательные:

- формирование навыков позитивного общения;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;
- формирование умений самостоятельно оценивать состояние своего здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;

Планируемые результаты освоения программы:

Личностными

- ориентация на успех в избранной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные

- умение планировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и

оценки для создания нового, более совершенного результата.

Предметные результаты:

- умение использовать разнообразные виды и формы физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- овладение современными методиками укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний;
- овладение способами контроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- овладение техническими приёмами и двигательными действиями избранного вида спорта с помощью активного применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- овладение технико-тактическими приёмами (умениями) работы с мячом, и их применение в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемые результаты программы третьего года обучения

Сформировать у обучающихся способности:

- выполнять учебные нормативы, позволяющие отображать уровень технического мастерства;
- работать самостоятельно с информационными источниками, получая необходимые знания в избранной деятельности;
- работать в коллективе демонстрируя взаимодействие с командой, сотрудничество с напарниками в решении общекомандной цели;
- оценивать личностные достижения в динамике и взаимодействии с обучением;
- уметь выполнять функции наставничества в работе с младшими .

Содержание программы третьего года обучения.

1. Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.

Теория

Инструктаж по технике безопасности. Краткая характеристика баскетбола как средства физического воспитания. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.

2. Гигиенические знания и навыки.

Теория

Сведения о строении и функциях организма, влияние физических упражнений на организм занимающихся.

- общие гигиенические требования к занимающимся баскетболом с учётом его специфических особенностей
- режим дня и питания с учётом занятий спортом
- предупреждение спортивных травм на занятиях баскетболом
- гигиенические требования к спортивной одежде и инвентарю
- a. основные сведения о сердечно-сосудистой системе человека и её функциях
- b. значение дыхания для жизнедеятельности организма.
- c. влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов Сведения о строении и функциях организма, влияние физических упражнений на организм занимающихся
- d. влияние физических упражнений на систему дыхания, дыхание в процессе занятий баскетболом

3. Правила игры в баскетбол. История развития баскетбола.

Теория

Состав команды, замена игроков, упрощенные правила игры, основы судейской терминологии и жеста.

Практика

Игра-соревнование.

4. Места занятий, оборудование

Теория

Инвентарь для игры в баскетбол, уход за инвентарём, оборудование мест занятий

5. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория

Строевые упражнения (команды для управления группой, понятия о строе и командах) ОФП

Практика

- гимнастические упражнения (упражнения с набивными мячами, упражнения с гимнастическими палками и др.)
- акробатические упражнения
- легкоатлетические упражнения, метание
- спортивные игры (баскетбол), подвижные игры («гонка мячей», «салки», «подвижная цель», «невод»), эстафеты
- СФП
- упражнения для привития навыков быстроты ответных действий
- упражнения для развития прыгучести
- подвижные игры («день и ночь», «вызов номеров», «попробуй, унеси», специальные эстафеты)
- упражнения для развития качеств, необходимых при приёмах и передачах
- упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении бросков мяча

6. Базовая техника баскетбола.

Теория

Беседа-повторение «Выполнение техник нападения, защиты»

Практика

Выполнение заданий: действие без мяча: перемещения и стойки (стартовая стойка, скачок вперёд, сочетание стоек и перемещений;

действия с мячом (передачи мяча в парах, тройках, передача в стену в сочетании с перемещениями, передача мяча в стену с изменением высоты выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой);

броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной от головы.

действия без мяча (остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок);

действия с мячом (вырывание и выбивание, перехват, накрывание.)

7. Базовая тактика баскетбола.

Теория

Беседа-повторение «Выполнение тактики нападения, защиты»

Практика

Выполнение практических заданий: игра против персональной опеки, действия против зонной защиты, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол, быстрый прорыв, комбинационное нападение.

Взаимодействовать с заслоном, персональная опека, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол.

8. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры

Практика

Соревнования по баскетболу.

Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и техники игры

челночный бег 3*10

прыжок вверх с разбега

метание набивного мяча из-за головы двумя руками (сидя, стоя, в прыжке с места)

передачи мяча в парах

штрафной бросок

передача и ловля мяча от стены за 30 сек.

Бросок с двух шагов после ведения.

Календарно-тематическое планирование 3-й год обучения.

Месяц	дата	Наименование темы	Количество часов		
			теория	практика	Всего
Сентябрь		ТБ при игре в баскетбол. ПДД. Упр. с передачей и ведением мяча. Игры.	1	2	3
		Упр. в парах на сопротивление. Эстафеты с ведением и передачей. Баскетбол	1	2	3
		Упр. с набивными мячами. Бросок в движении с 2-х шагов после ведения. Штрафной бросок. Баскетбол		3	3
		Упр. с набивными мячами. Бросок в движении с 2-х шагов после ведения. Штрафной бросок. Баскетбол		3	3
		СФП. Бросок после ведения и передачи. Повторить ловлю в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Бросок после ведения и передачи. Повторить ловлю в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Передача назад под рукой. Добивание после отскока от щита. Учебная игра (без ведения)	1	2	3
		СФП. Передача назад под рукой. Добивание после отскока от щита. Учебная игра (без ведения)		3	3
Октябрь		ОФП. Бросок с разных точек площадки. Позиционное нападение. Учебная игра	1	2	3
		ОФП. Бросок с разных точек площадки. Позиционное нападение. Учебная игра		3	3
		СФП. Броски в прыжке с дальней и средней дистанции. Финты. Двусторонняя игра	1	2	3
		СФП. Броски в прыжке с дальней и средней дистанции. Финты. Двусторонняя игра	1	2	3
		Круговая тренировка. Бросок над головой сбоку (крюком) с места. Зонная защита. Учебная игра	1	2	3
		Круговая тренировка. Бросок над головой сбоку (крюком) с места. Зонная защита. Учебная игра		3	3
		СФП. Броски крюком в прыжке, после ловли. Штрафной бросок. Двусторонняя игра		3	3
		СФП. Бросок над головой сбоку (крюком) с места. Зонная защита. Учебная игра	1	2	3
Ноябрь		Штрафной бросок – учет. Эстафеты с ведением и броском по кольцу при активном сопротивлении	1	2	3
		Мини-турнир по круговой системе	1	2	3
		Круговая тренировка. Совершенствование бросков. Баскетбол		3	3
		Круговая тренировка. Совершенствование ведения. Баскетбол	1	2	3
		Упр. с набивными мячами. Броски с различных точек площадки. Учебная игра (повторить		3	3

		персональную опеку)			3
		Упр. с набивными мячами. Броски с различных точек площадки. Учебная игра (повторить персональную опеку)	1	2	
		СФП. Позиционное нападение. Добивание после отскока от щита. Учебная игра	1	2	
		СФП. Позиционное нападение. Добивание после отскока от щита. Учебная игра	1	2	
Декабрь		СФП. Бросковые эстафеты. Двусторонняя игра	1	2	3
		Тесты по ОФП. Двусторонняя игра		3	3
		Добивание после ловли в прыжке (без приземления). Двусторонняя игра (зонная защита)		3	3
		Добивание после ловли в прыжке (без приземления). Двусторонняя игра (зонная защита)		3	3
		Упр. на сопротивление в парах. Отработка тактических действий в двусторонней игре	1	2	3
		Упр. на сопротивление в парах. Отработка тактических действий в двусторонней игре		3	3
		Быстрый прорыв. Комбинационная игра		3	3
		Быстрый прорыв. Комбинационная игра		3	3
		Круговая тренировка. Бросковые эстафеты. Двусторонняя игра	1	2	3
		Мини-турнир по круговой системе		3	3
Январь		Заслон в нападении. Броски с разных точек площадки в прыжке. Двусторонняя игра	1	2	3
		Заслон в нападении. Броски с разных точек площадки в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		Двусторонняя игра с применением позиционного нападения		3	3
		Двусторонняя игра с применением позиционного нападения	1	2	3
		Упр. в парах на сопротивление. Учебная игра 3х3 на отработку тактических действий		3	3
		Упр. в парах на сопротивление. Учебная игра 3х3 на отработку тактических действий		3	3
Февраль		Групповой отбор мяча. Передача через щит. Двусторонняя игра	1	2	3
		Групповой отбор мяча. Передача через щит. Двусторонняя игра		3	3
		Совершенствование броска с 2-х шагов с сопротивлением защитника. Баскетбол	1	2	3
		Совершенствование броска с 2-х шагов с сопротивлением защитника. Баскетбол		3	3
		Бросок в прыжке с отскока от щита. Баскетбол	1	2	3
		Бросок в прыжке с отскока от щита. Баскетбол		3	3
		Упражнения на скоростную выносливость. Баскетбол		3	3
		Упражнения на скоростную выносливость. Баскетбол	1	2	3
Март		Совершенствование ведения в эстафетах. Баскетбол – учебная игра	1	2	3

		Совершенствование ведения при активном сопротивлении. Баскетбол – учебная игра	1	2	3
		Бросковые эстафеты с места. Баскетбол – учебная игра		3	3
		Бросковые эстафеты с 2-х шагов при активном сопротивлении. Баскетбол – учебная игра		3	3
		Подбор с отскока от щита. Баскетбол – учебная игра без ведения	1	2	3
		Борьба под щитом. Баскетбол – учебная игра без ведения	1	2	3
		Совершенствование штрафного броска. Баскетбол.		3	3
		Совершенствование штрафного броска. Баскетбол.		3	3
		Передачи в движении после ведения. Баскетбол.	1	2	3
Апрель		Совершенствование передач. Баскетбол.		3	3
		Круговая тренировка. Баскетбол.		3	3
		Круговая тренировка. Баскетбол.		3	3
		Тесты. Баскетбол – учебная игра без ведения	1	2	3
		Быстрый прорыв. Комбинационная игра		3	3
		Упр. с набивными мячами. Зонная защита в двусторонней игре.	1	2	3
		Упр. с набивными мячами. Зонная защита в двусторонней игре.		3	3
		СФП. Броски в прыжке. Финты. Баскетбол	1	2	3
Май		Силовые упр. в парах. Позиционное нападение	1	2	3
		Эстафеты с набивным мячом. Баскетбол.		3	3
		Заслон. Добивание в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		Заслон. Добивание в прыжке. Двусторонняя игра		3	3
		Совершенствование тактико-технических действий в двусторонней игре	1	2	3
		Совершенствование тактико-технических действий в двусторонней игре		3	3
		Мини-турнир по круговой системе		3	
		итого	32	184	216

Методические и оценочные материалы.

Учебно-методический комплекс.

Компоненты учебно-методического комплекса	Для педагога	Для родителей
Учебные и методические пособия		
Информационные, справочные материалы	Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». http://www.openclass.ru	Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». http://www.openclass.ru
Научная, специальная, методическая литература	Официальные Правила Баскетбола 2018. Утверждены Центральным Бюро ФИБА Мис, Швейцария, 16 июня 2018 г	Официальные Правила Баскетбола 2018. Утверждены Центральным Бюро ФИБА Мис, Швейцария, 16 июня 2018 г
Тематические, методические пособия, разработки	. Александр Гомельский: Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений. Издательство: Эксмо-Пресс 2016	. Александр Гомельский: Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений. Издательство: Эксмо-Пресс 2016
Таблицы	«Учебные нормативы»,	«Учебные нормативы»
Схемы	Динамика освоения программы.	Динамика освоения программы.
Плакаты	Стенд «Тактика игры»	Стенд «Тактика игры»
ФОТОГРАФИИ	Турнир по баскетболу	Турнир по баскетболу
Раздаточный материал (дидактические карточки, образцы работ, алгоритм выполнения заданий, памятки и др.)	Комплекс упражнений по ОФП	Комплекс упражнений по ОФП

Список литературы для педагога.

1. Пособие для учителей общеобразовательных организаций/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2015 год.
2. . Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. Просвещение, 2010.
3. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004г
4. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». <http://www.openclass.ru>
5. Ю.Д. Железняк Ю.П. Портнова «Спортивные игры техника, тактика, методика обучения». Изд. АСДЕМА 2002 г.
6. Александр Гомельский: Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений. Издательство: Эксмо-Пресс 2016
7. Официальные Правила Баскетбола 2018.

Список литературы для обучающихся.

1. Обухова Л.А. 135 уроков здоровья или школа докторов природы. М., Вако, 2008

2. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой.- М., 1982 г
3. Официальные Правила Баскетбола 2018.
Утверждены Центральным Бюро ФИБА Мис, Швейцария, 16 июня 2018 г
4. Александр Гомельский: Библия баскетбола. 1000 баскетбольных упражнений.
Издательство: Эксмо-Пресс 2016

Формы подведения итогов

Тестирование **физических качеств** проводится в начале года, для определения уровня подготовленности учащихся. Повторное тестирование в мае, помогает определить результативность освоения программы за год.

Тестирование учащихся (1 год обучения)

№	Тесты	возраст	отлично	хорошо	Уд.
1.	Передача мяча двумя руками от груди в стену(30с), S =2 м	14лет	34	30	24
		15 лет	38	34	29
		16лет	40	36	30
2.	Ведение мяча правой и левой рукой с переводом(36 м,3 препятствия)(с)	14лет	10,5	11,5	12,5
		15 лет	10,0	11	12
		16лет	9	10	11
3.	Штрафной бросок 10 раз	14лет	5	4	3
		15 лет	6	5	4
		16лет	7	5	4
4.	Челночный бег	14лет	8.0	8.5	9.0
		15 лет	7.9	8.3	8.8
		16лет	7.8	8.2	8.7
5.	Броски набивного мяча сидя	14лет	4.5	3.5	2.5
		15 лет	5.0	3.5	3.0
		16лет	5.0	4.0	3.5

Тестирование учащихся (2 год обучения)

№	Тесты	возраст	отлично	хорошо	Уд.
1.	Передача мяча двумя руками от груди в стену(30с), S =2 м	14лет	36	32	28
		15 лет	40	36	32
		16лет	44	40	36
2.	Ведение мяча правой и левой рукой с переводом(36 м,3 препятствия)(с)	14лет	10,5	11,5	12,5
		15 лет	10,0	11	12
		16лет	9	10	11
3.	Штрафной бросок 10 раз	14лет	5	4	3
		15 лет	6	5	4
		16лет	8	6	4
4.	Челночный бег	14лет	8.0	8.5	9.0
		15 лет	7.9	8.3	8.8
		16лет	7.8	8.2	8.7
5.	Броски набивного мяча сидя	14лет	4.5	3.5	2.5
		15 лет	5.0	3.5	3.0
		16лет	5.0	4.0	3.5

Тестирование учащихся (3 год обучения)

№	Тесты	возраст	отлично	хорошо	Уд.
---	-------	---------	---------	--------	-----

1.	Передача мяча двумя руками от груди в стену(30с), S =2 м	14лет	36	32	28
		15 лет	40	36	32
		16лет	44	40	36
		17 лет	45	41	37
2.	Ведение мяча правой и левой рукой с переводом(36 м,3 препятствия)(с)	14лет	10,5	11,5	12,5
		15 лет	10,0	11	12
		16лет	9	10	11
		17 лет	9	10	11
3.	Штрафной бросок 10 раз	14лет	5	4	3
		15 лет	6	5	4
		16лет	8	6	4
		17 лет	8	6	4
4.	Челночный бег	14лет	8.0	8.5	9.0
		15 лет	7.9	8.3	8.8
		16лет	7.8	8.2	8.7
		17 лет	7,7	8,1	8,6
5.	Броски набивного мяча сидя	14лет	4.5	3.5	2.5
		15 лет	5.0	3.5	3.0
		16лет	5.0	4.0	3.5
		17 лет	5,3	4,3	3,7

Подведение итоговых занятий по **теоретическим знаниям**, проходят после изучения темы. Опросник помогает определить уровень усвоения программы:

Теоретический тест. Баскетбол

1. Что такое баскетбол?

Баскетбол – это спортивная командная игра, в которой мяч забрасывают руками в корзину – кольцо с сеткой, укрепленное на специальном щите.

2. Когда и где первый раз начали играть в баскетбол?

Играть в баскетбол начали зимой 1891 – 1892 гг. в городе Спрингфилд в штате Массачусетс, на северо-востоке США.

3. Кто придумал игру в баскетбол?

Преподаватель физического воспитания Спрингфилдского колледжа Джеймс Нейсмит захотел придать больше живости скучным зимним урокам физкультуры и решил занять студентов новой подвижной игрой. Так как мяч забрасывался в корзину, новая игра получила название баскетбол (basket – корзина, ball – мяч).

4. Когда состоялся первый матч?

Первый матч состоялся 15 декабря 1891 г. Играли две команды по 9 игроков в каждой, а мяч забрасывали не в кольца с сетками, а в корзины из-под персиков. Но днем рождения баскетбола считается 15 января 1892 г., когда были придуманы правила новой игры – всего 13 пунктов. С тех пор баскетбол распространился из Соединенных Штатов по всему свету, став одним из самых популярных видов спорта.

1. Когда были изданы первые официальные правила игры?

В 1894 г. в США были изданы первые официальные правила игры, по которым начали проводить соревнования. Из США баскетбол попал сначала в страны Востока – в Японию, Китай, Филиппины, а затем в страны Европы и Южной Америки.

2. Когда и где впервые начали играть в баскетбол в России?

Впервые в России в баскетбол стали играть в 1906 г. В это время в Санкт-Петербурге существовало спортивное общество «Маяк». Первые регулярные занятия баскетболом в нашей стране связаны именно с деятельностью «Маяка», с

членом этого общества С.В. Васильевым, которого позже назовут русским Нейсмитом. С.В. Васильев раздобыл правила баскетбола, перевел их на русский язык и уговорил своих товарищей, которые в ту пору из всех видов спорта признавали только гимнастику, испробовать новинку.

3. **Что такое FIBA (ФИБА)?**

FIBA (ФИБА) – это Международная федерация баскетбола, которая проводит различные соревнования между баскетболистами разных стран. У FIBA существует рейтинг игры различных команд. То есть команды, играющие в этой организации, получают очки, после чего выстраивается список от самой лучшей команды – к самой худшей. В FIBA играют мужские и женские команды.

4. **В каком году была создана Международная федерация баскетбола (FIBA)?**

FIBA была образована 18 июня 1932 г. на первой международной конференции национальных баскетбольных ассоциаций, состоявшейся в Женеве (Швейцария).

5. **Сколько стран было в ее первом составе?**

У истоков создания ФИБА стояли национальные баскетбольные комитеты восьми стран – это Аргентина, Чехословакия, Греция, Италия, Латвия, Португалия, Румыния и Швейцария.

6. **Что такое НБА?**

НБА – это Национальная баскетбольная ассоциация, которая находится в Северной Америке: в США и Канаде. Она возникла 6 июня 1946 года в Нью-Йорке и сначала состояла из двух дивизионов с названием Баскетбольная ассоциация Америки. Всего в лигу входило 11 команд. А в 1949 году эта спортивная организация получила название НБА. В этом же году количество команд в НБА составило уже 17. Сейчас в НБА входит 30 профессиональных клубов, находящихся на территории США и Канады.

7. **В чем заключается цель игры?**

Цель игры заключается в том, чтобы забросить наибольшее количество раз мяч в корзину противоположной команды. Для этого игроки передают мяч друг другу или продвигаются, ударяя мяч рукой о площадку, и, приблизившись к щиту, бросают мяч в корзину. Соревнование выигрывает та из двух команд, которая наберет большее количество очков за 40 минут чистого времени.

8. **Как подсчитываются очки?**

За одно попадание мяча в кольцо может быть засчитано разное количество очков:
1 очко – штрафной бросок;
2 очка – бросок со средней или близкой дистанции (ближе трехочковой линии);
3 очка – бросок из-за трехочковой линии на расстоянии 6 м 75 см (7 м 24 см в [НБА](#)).

9. **Сколько игроков в каждой команде?**

Каждая команда состоит из 10 игроков, один из которых является капитаном. В соревнованиях, где команде предстоит провести более 5 матчей, число игроков может быть увеличено до 12. В игровое время на площадке могут находиться 5 игроков каждой команды.

10. **Требования к номерам игроков?**

Каждый игрок должен иметь номер на майке спереди и сзади; цифры должны быть однотонными, по цвету контрастными цвету майки, из материала шириной не менее 2 см. Цифры номера на спине – по высоте не менее 20 см, на груди – не менее 10 см. Команда может использовать номера от 4-го до 15-го. Игрокам одной команды не разрешается иметь одинаковые номера.

11. **Права и обязанности капитана?**

Капитан является представителем своей команды и контролирует ее игру. Он может обратиться к судье с вопросами, связанными с толкованием правил или получением необходимой информации, при условии, что делается это в корректной форме. Никто из других игроков не может обращаться к судье. Если капитан

команды покидает площадку, он обязан сообщить старшему судье, кто из игроков остается за него.

12. Обязанности и права старшего судьи?

Старший судья обязан проверить и одобрить все оборудование. Он выбирает официальные игровые часы и утверждает секундометриста. Старший судья не должен разрешать игрокам носить предметы, которые, по его мнению, могут представить опасность для других игроков. Старший судья подбрасывает мяч в центре при начале игры. Он решает, засчитать ли попадание в корзину, если мнения судей расходятся. Он принимает решения по вопросам, по которым секретарь и секундометрист не пришли к общему мнению.

13. Сколько длится игра?

Игра состоит из четырех периодов по 10 минут с перерывами по 2 минуты. Продолжительность перерыва между половинами игры – 15 минут. Если счет ничейный по окончании четвертого периода, игра продлевается на дополнительный период продолжительностью 5 минут или на столько периодов по 5 минут, сколько необходимо, чтобы нарушить равновесие в счете. Команды должны поменяться корзинами перед третьим периодом. Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих.

14. Что представляет собой баскетбольная площадка?

Игровая баскетбольная площадка должна представлять собой плоскую прямоугольную твердую поверхность без каких-либо препятствий. Размеры должны быть 28 метров в длину и 15 метров в ширину.

15. Требования к баскетбольным щитам?

Баскетбольные щиты с корзиной должны быть изготовлены из соответствующего прозрачного материала или выкрашены в белый цвет. Размеры баскетбольных щитов должны быть: 1,80 м по горизонтали и 1,05 м по вертикали.

16. На какой высоте от пола находится верхний край баскетбольной корзины?

На высоте 3,05 метра от пола.

17. Какими должны быть баскетбольные кольца?

Баскетбольные кольца должны быть из прочной стали, внутренний диаметр 45 см. Пруток кольца должен иметь минимальный диаметр 16 мм, а максимальный 20 мм. На нижней части кольца должны быть приспособления для крепления сеток.

18. Требования к баскетбольному мячу?

Баскетбольный мяч должен иметь сферическую форму и быть оранжевого цвета с традиционным рисунком из восьми вставок и черных швов. Он должен быть накачан до такой величины воздушного давления, чтобы при падении на игровую поверхность с высоты около 1,80 м, измеренной от нижней поверхности мяча, отскакивал на высоту, измеренную до верхней поверхности мяча, не менее чем около 1,20 м и не более чем около 1,40 м. Длина окружности мяча должна быть не менее 74,9 см и не более 78 см. Вес мяча должен быть не менее 567 г и не более 650 г.

19. В каких случаях в баскетболе применяют термины «живой мяч» и «мертвый мяч»?

«Живой мяч» – судья готов к розыгрышу спорного броска, готов передать мяч игроку для штрафного броска; мяч находится в руках игрока, готового к его вбрасыванию из-за пределов игровой площадки; «мертвый мяч» – мяч вышел из игры (заброшен в кольцо, не введен в игру соперником, находится в руках судьи перед спорным или штрафным броском, после любого сигнала судьи на остановку игры).

20. Какие основные разделы выделяют в технике игры в баскетбол?

Технику нападения и технику защиты.

21. Какие действия включает в себя техника нападения в баскетболе?

Ходьбу, бег, прыжки, остановки, повороты, ловлю мяча, передачу мяча, ведение мяча, броски мяча.

22. **Какие составляющие включает в себя техника защиты в баскетболе?**
Технику передвижений и технику отбора мяча.
23. **Какой из способов ловли мяча в баскетболе является наиболее простым и надежным?**
Ловля мяча двумя руками.
24. **Какие фазы выделяют в технике ловли баскетбольного мяча?**
Подготовительную (действия игрока во время приближения мяча к нему), основную (действия во время соприкосновения игрока с мячом), заключительную (завершающие действия с мячом и подготовка игрока к последующим действиям).
25. **Какой способ передачи мяча в баскетболе является основным, позволяющим быстро и точно направить мяч партнеру на близкое или среднее расстояние?**
Передача мяча двумя руками от груди.
26. **Какая передача мяча наиболее эффективна, когда баскетболисту необходимо послать мяч партнеру на среднюю или дальнюю дистанцию через поднятые руки плотно опекающего соперника?**
Передача одной рукой «крюком».
27. **Какие броски применяют баскетболисты при атаке кольца с дальней дистанции?**
Броски двумя руками от груди, одной рукой от плеча, одной рукой сверху в прыжке.
28. **Какое действие должен совершить игрок атакующей команды, если он находится рядом со щитом в момент, когда мяч отскакивает от щита после неудачного броска или пролетает вблизи корзины?**
Игрок должен выполнить добивание мяча в кольцо в прыжке одной или двумя руками.
29. **Что такое фол в баскетболе?**
Фол – это совершение ошибки игроком, нарушение правил игры. Фолы бывают персональные, неспортивные, многократные, дисквалифицирующие, технические, обоюдные, командные.
30. **Какие способы нападения применяют в баскетболе?**
Стремительное нападение (быстрый прорыв) и позиционное нападение.
31. **Как может осуществляться стремительное нападение в баскетболе?**
Длинной передачей к щиту соперника; через центр поля (с ведением или без ведения мяча); вдоль боковой линии.
32. **Что раньше изучают и осваивают начинающие баскетболисты – технику защиты или технику нападения?**
Первоначально они осваивают технику нападения, так как в этом случае спортсмены лучше понимают, как эффективнее действовать в защите во время атаки соперника.
33. **Каким простым упражнением можно проверить умение правильно держать баскетбольный мяч?**
Взяв мяч, поднять его вверх, быстро опустить до уровня колен, затем быстро поднять его вправо, перенести влево, сделать круги в разные стороны; если мяч надежно контролируется игроком во всех этих положениях, то баскетболист держит мяч правильно.
34. **Какие упражнения наиболее эффективны для одновременного освоения техники ловли и передачи мяча?**
Передачи мяча в парах; броски и ловля мяча от стенки на расстоянии 2 – 3 м от нее.
35. **Чего должен добиваться баскетболист, совершенствуя технику ведения мяча и умение ориентироваться во время игры?**

Важно уметь вести мяч без зрительного контроля за счет периферического зрения и мышечного ощущения мяча.

36. **Как следует заканчивать движение руки при броске одной рукой от плеча?**
Хлестообразным завершающим движением кисти бросающей руки.
37. **Где может баскетболист эффективно закрепить освоенное на тренировках техническое действие?**
Во время игры.
38. **Какие требования должны быть выполнены для успешного освоения технических приемов игры в баскетбол?**
Твердо освоить исходное положение для выполнения любого действия; хорошо знать, как действовать в той или иной ситуации; уметь выполнять необходимые движения с нужной амплитудой и в требуемом темпе; стабильно сохранять точную структуру основ техники, умело сочетая ее различные элементы; постоянно совершенствовать свои технические навыки.
39. **Назовите наиболее важные тактические задачи, которые необходимо решать во время игры в баскетбол.**
Успешное применение ранее изученных и освоенных технических приемов во взаимодействии с игроками команды в зависимости от игровой обстановки; умение быстро находить и создавать выгодные для своей команды игровые ситуации.
40. **Можно ли начинать игру в баскетбол, если на площадке в одной из команд нет пяти игроков?**
Нет, это запрещено правилами соревнований.
41. **Что такое «правило 24 секунд» в баскетболе?**
Если команда получает контроль над «живым мячом» на площадке, то попытка броска по корзине соперника должна быть произведена в течение 24 секунд; нарушение этого правила фиксируется звуковым сигналом и квалифицируется как нарушение правил соревнований.
42. **Разъясните баскетбольный термин «двойное ведение мяча».**
Возобновление ведения мяча после задержки его рукой или касания мяча двумя руками одновременно во время ведения; эти действия квалифицируются как ошибку игрока.
43. **Где на игровой площадке размещается «трехсекундная зона»?**
Часть площади штрафного броска, имеющая форму трапеции.
44. **Что такое многократный фол в баскетболе?**
Ошибки, совершенные одновременно двумя и более игроками одной команды.
45. **Сколько минутных перерывов может брать тренер за одну игру?**
В баскетболе в каждом тайме – по два и в каждой дополнительной пятиминутке – еще по одному. В мини-баскетболе – в каждом периоде по одному.
46. **Какая нога считается опорной и ее нельзя отрывать от земли?**
Та, которая первой коснулась пола при остановке. Если останавливаешься в прыжке и обе ноги одновременно коснулись пола – они обе опорные.
47. **Сколько времени отводится на штрафной бросок?**
Пять секунд.
48. **Назовите основные способы передачи мяча.**
Основные способы передачи: пас от груди, пас от плеча, пас из-за головы, пасы снизу, сбоку, из рук в руки и др.
49. **Как следует правильно поймать передаваемый товарищем мяч?**
Нужно выбежать навстречу мячу.
50. **Ты ведешь мяч по площадке. Как стоит это делать, чтобы отлично видеть своего свободного баскетболиста у корзины и вовремя отдать ему мяч?**
Нужно вести мяч, не глядя на него. Взгляд устремить вперед, на площадку.
51. **В каком году федерация баскетбола нашей страны была принята в Международную федерацию баскетбола?**

В 1947 г.

52. Когда состоялся олимпийский дебют баскетбола?

В 1936 г. на Олимпийских играх в Берлине. В турнире приняли участие мужские команды из 21 страны. Первым олимпийским чемпионом стала команда США.

53. Когда в программу олимпийских соревнований был включен женский баскетбол?

На Олимпийских играх в Монреале (Канада) в 1976 г. наша женская команда на этих соревнованиях завоевала золотые медали.

54. На каких Олимпийских играх советские баскетболисты, забросив победный мяч, обыграли команду США всего за три секунды до окончания финального матча?

В 1972 г. на Олимпиаде в Мюнхене.

55. Сколько раз сборные команды нашей страны становились чемпионами мира по баскетболу?

Мужская и женская сборные нашей страны в общей сложности 8 раз становились чемпионами мира по баскетболу.

баскетболисты Рэй Аллен, Елена Баранова, Татьяна Овечкина и Джон Стоктон. По одному разу «золото» завоевало много спортсменов, среди которых Чарльз Баркли, Хаким Оладжьювон, Билл Рассел и Оскар Робертсон.

56. Какой баскетболист самый высокий?

Самый высокий баскетболист мира – это китаец. Хотя все считают, что китайцы имеют очень низкий рост, Мин-Мин Сунь это опровергает. Его рост составляет 2 метра 36 сантиметров. Этот спортсмен подписал контракт с баскетбольным клубом Maryland Nighthawks. Самый высокий в мире баскетболист мечтает попасть в НБА. В юности он уже играл в баскетбол и очень быстро добился значительных успехов.

57. Самые известные баскетболисты мира?

Билл Рассел и Майкл Джордан.

58. Самый известный баскетболист России?

Андрей Кириленко. Носит прозвище АК-47: АК – инициалы Кириленко, а 47 – его игровой номер в клубах НБА. Одновременно АК-47 – это название автомата Калашникова образца 1947 года.

59. Когда в Санкт-Петербурге была образована профессиональная баскетбольная команда ?

Датой рождения баскетбольного ленинградского «Спартака» считается 8 сентября 1935 года.

Баскетбольная команда «Зенит» была образована летом 2014 года

Взаимопомощь внутри коллектива

Анкета обратной связи:

- Как ты чувствовал(а) себя на занятиях?
- Что тебе особенно понравилось на занятиях?
- чувствовал(а) ли ты поддержку коллектива на занятиях?
- Какую информацию, полученную на занятиях, ты сможешь использовать в своей жизни?
- Кого ты считаешь лидером в этом коллективе?
- Хочешь ли ты продолжить заниматься в этом коллективе?
- Будешь ли ты обсуждать с коллективом свои вопросы?
- Готов(а) ли ты помочь коллективу быть более успешным?
- Будешь ли ты приглашать на занятия в этот коллектив своих друзей?

Все полученные результаты сводятся в **информационную карту** коллектива:

Информационная карта освоения образовательной программы и социально-психологического развития учащихся:

Название программы:				педагог		№ группы		Год обучения		Дата
ФИО	Параметры результативности освоения программы						Параметры социально-психологического развития			
	Опыт освоения теории	Опыт освоения практической деятельности	Регулярность посещения занятий	Опыт социально - значимой деятельности (участие в соревнованиях, в благотворительных	Наличие вредных привычек	Общая сумма баллов	Развитие коммуникативных качеств и ценностных ориентаций через командную игру	Взаимопомощь внутри коллектива	Общая сумма баллов	
0										
УРОВЕНЬ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ В ГРУППЕ В %										

Категории оценки: 1 – низкий уровень, незначительный пост, 2- средний уровень, заметный рост. 3-высокий уровень, переход на новый качественный уровень.

Параметры результативности освоения программы:

1. Опыт освоения теории.

Учащимся предлагается ответить на тестовые вопросы по теории игры в баскетбол (приложение №1). Критерии результативности:

- 5 – правильных ответов 10
- 4 – правильных ответов 8
- 3 – правильных ответов 6
- 2 – правильных ответов 3

2. Опыт освоения практической деятельности.

Учащиеся принимают участие в сдаче контрольных нормативов по ОФП и специальной подготовке (приложение №2). Критерии результативности:

- по ОФП – выполнить нормативы по 3-х бальной системе
- по специальной подготовке - выполнять нормативы по 3-х бальной системе

3. Регулярность посещения занятий.

Анализ журнала посещаемости, с учетом уважительных пропусков. Критерии диагностики посещения:

- 5 – не более 2 пропущенных занятий в месяц
- 4 – не более 4 пропущенных занятий в месяц
- 3 – более 4 пропущенных занятий в месяц
- 2 – более 6 пропущенных занятий в месяц

4. Опыт социально - значимой деятельности.

Фиксация активности учащегося в социально – значимых мероприятиях, по количеству мероприятий. Критерии диагностики деятельности:

- 1 - участие в соревнованиях
- 1 - в благотворительных мероприятиях
- 1 - помощь в организации и судействе спортивной игры баскетбол

Параметры социально-психологического развития:

1. Развитие коммуникативных качеств и ценностных ориентаций через командную игру.

Чем больше полученные баллы, тем выше уровень коммуникативных качеств и ценностных ориентаций.

2. Взаимопомощь внутри коллектива.

Чем больше полученные баллы, тем лучше адаптация учащегося в данном коллективе, и уровень взаимопомощи способствует решению задач всего учебного коллектива.