

**Управление образования администрации
Тамбовского муниципального округа**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Горельская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрена на заседании Методического совета школы и рекомендована к утверждению Протокол № 1 от 29 августа 2024 года Руководитель МС _____ Г.Н.Мещерякова	Утверждена Приказ № 447 от 30 августа 2024г Директор школы _____ Е.И. Колодина
---	--

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности**

«БАСКЕТБОЛ»

Для детей среднего и старшего школьного возраста
Срок реализации – 2 года

Составитель: Кулешов Алексей Алексеевич,
учитель физической культуры

С. Кузьмино-Гать,
2024 год

Информационная карта

Название программы	Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно – спортивной направленности «Баскетбол»
ФИО автора программы	Кулешов Алексей Алексеевич
Вид программы	Модифицированная
Тип программы	Общеразвивающая
Образовательная область	спорт
Уровень освоения программы	базовый
Форма реализации программы	Групповая
Продолжительность реализации программы	2 года
Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; - приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023); - распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»; - приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по

	<p>дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>- письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <p>- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 - 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд.VI Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);</p> <p>- Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Горельская средняя общеобразовательная школа».</p>
--	---

Пояснительная записка.

Дополнительная образовательная программа «Баскетбол» - физкультурно – спортивной направленности.

Данная программа содействует физическому развитию и укреплению здоровья обучающихся.

Содержание программы способствует привитию потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями. Предусматривает подготовку организаторов спортивной работы (инструкторов и судей по баскетболу).

Баскетбол – командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию. И нельзя требовать от детей больше, чем они могут выполнить на данном возрастном этапе.

Для баскетбола характерны разнообразные движения - ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию. Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряжённые с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Но эффективность воспитания зависит, прежде всего, от того, насколько целеустремленно в педагогическом процессе осуществляется взаимосвязь физического и нравственного воспитания.

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют

повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению баскетбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, баскетбольные щиты, мяч.

Отличительная особенность программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики в области игровых видов спорта, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Адресат программы Программа «Баскетбол» рассчитана на детей среднего и старшего школьного возраста. В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Программа рассчитана на 2 года:

1 год – 72 часа,

2 год – 72 часа.

Занятия проходят раз в неделю по два часа.

Количество часов в год 114 ч.

Формы и режим занятий:

Группа комплектуется в количестве не менее 15 человек.

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное, обучающее занятие, закрепляющее занятие, тренировочное занятие, итоговое занятие.

Для осуществления грамотного тренировочного процесса необходима специальная система, которой является данная программа спортивной

подготовки баскетболиста.

В целях реализации программы необходимо соединить учебно – тренировочные занятия с выполнением ежедневных самостоятельных заданий по плану, разработанному педагогом совместно с обучающимися.

Методические условия реализации программы.

Основной формой является учебно-тренировочное занятие. Оно приводится по общепринятой схеме согласно расписанию.

Основные формы занятий:

- групповые практические занятия;
- обучающее;
- итоговое;
- закрепляющее;
- индивидуальные тренировки тренера с отдельными спортсменами;
- лекции и беседы;
- игровые;
- комбинированные
- просмотр учебных видеофильмов и кинофильмов;
- участие в соревнованиях различного ранга.

Методы и методические приемы учебно-воспитательной работы:

- методы, направленные на приобретение знаний (рассказ, беседа, объяснение, инструктирование);
- методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);
- методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей (равномерный, повторный, игровой, соревновательный, интервальный, метод круговой тренировки).

Процесс обучения на занятиях опирается на некоторые общие положения — **принципы**, которые отражают закономерности педагогического процесса и в связи с этим носят обязательный характер при решении образовательных и воспитательных задач. К основным принципам обучения относятся:

- принцип сознательности и активности,
- принцип наглядности,
- принцип доступности и индивидуализации,
- принцип постепенности,
- принцип систематичности и последовательности.

Учебное занятие, как правило, организуется по следующей схеме: *Подготовительная часть.* Данная часть тренировочного занятия вводит детей в работу, которая запланирована, организует их, устанавливает контакт между детьми и преподавателем. Организм спортсмена подготавливается к

выполнению предстоящей физической нагрузке, т. е. к выполнению более сложных упражнений основной части урока. Для содержания первой части урока характерны строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, упражнения на быстроту и точность реакции, на внимание и другие. Главная задача этой части занятия - четкая организация детей, приобретение ими навыков коллективного действия; эти упражнения воспитывают дисциплину, повышают внимание. Не стоит в один урок включать много строевых упражнений и нельзя давать все время одни и те же движения.

Основная часть. Задача основной части занятия - овладение главными, жизненно-необходимыми и специальными навыками, которые содействуют освоению спортивного вида баскетбол. Также предусматривает развитие, и совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, быстроты, устойчивости, самостоятельности и других психофизических качеств. Наиболее характерны для этой части урока не только такие традиционные упражнения как ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии, упражнения для развития быстроты и точности, дыхательные упражнения, но и специальные упражнения. Кроме упражнений для развития общей выносливости, мышечной памяти, применяются упражнения, развивающие творческое мышление.

Заключительная часть. Задачи этой части занятия - завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести детей в более спокойное состояние. Основные средства - медленная ходьба, упражнения на восстановления дыхания.

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Качества личности учащихся:

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий баскетболом:

сила воли - способность преодолевать значительные затруднения.

трудолюбие, настойчивость, терпеливость – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

выдержка и самообладание - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

решительность – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

мужество и смелость – это черты характера, выражающие моральную силу и волевую стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

уверенность в своих силах – это качество, является основой бойцовского характера.

дисциплинированность – это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

самостоятельность и инициативность – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

воля к победе - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

Формы проверки результатов:

1 год – зачет;

2 год - соревнования по баскетболу.

Цель программы: укрепление здоровья, формирование личности, ориентированной на общечеловеческие ценности (спорт, здоровье, красота) посредством комплекса всесторонней физической подготовки и систематическими занятиями баскетболом.

Задачи программы:

Задачи	1 год	2 год
Обучающая	Овладеть основами техники и тактики защиты и нападения.	Совершенствовать технику и тактику игры.
	Дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия. Научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.	
Развивающая	Укреплять опорно-двигательный аппарат	Развивать быстроту, гибкость, ловкость
	Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.	
Воспитательная	Воспитывать здоровый образ жизни обучающихся. Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;	

Учебный план I года обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Начальная диагностика.	1	1	
2.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	1	1	
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	1	
4.	Основы методики обучения игре в баскетбол	1	1	
5.	Правила соревнований и их организация и проведение	1	1	
6.	Общая и специальная физическая подготовка	15	1	14
7.	Основы техники и тактики игры	35	4	31
8.	Контрольные игры и соревнования	10	1	9
9.	Контрольные испытания	4	2	2
10.	Экскурсии, посещение соревнований	3		3
11.	Итого:	72	13	59

Содержание программы.

1 год обучения.

I. Вводное занятие. Начальная диагностика.

II. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Теория: Влияние физических упражнений на нервную систему и обмен веществ.

Практика: Подвижные игры

III. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Теория: Использование естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) в целях закаливания организма. Меры личной, общественной и санитарно-гигиенические требования к занятиям баскетболом.

Практика: Комплекс упражнений на укрепление здоровья учащихся.

IV. Основы методики обучения баскетболу.

Теория: понятие об учении и тренировке в баскетболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по баскетболу.

V. Правила соревнований, их организация и проведение.

Теория: Роль соревнований в спортивной подготовке юных баскетболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

IV. Общая и специальная физическая подготовка.

Практика:

Общая физическая подготовка:

Строевые упражнения: команды для управления группой. Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал. Основная стойка. Действия на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание в строю, перестроение шеренги и колонны в строю. Походный и строевой шаг. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц ног и таза.

Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Борьба за мяч».

Специальная физическая подготовка – упражнения для развития быстроты. Работа с мячом. Различные эстафеты с выполнением вышеперечисленных заданий. Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Разнообразные упражнения со скакалкой, упражнения с отягощениями.

VII. Основы техники и тактики игры.

Теория: Средства и методы технической и тактической подготовки.

Групповые и командные действия (в нападении и защите).

Практика:

Техника нападения: Техника передвижения, сочетание способов передвижения, техника владения мячом, броски мяча, ведение мяча.

Техника защиты: Техника передвижения. Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите.

Техника овладения мячом.

VIII. Контрольные игры и соревнования.

Практика: Соревнования по баскетболу.

IX. Контрольные испытания.

Практика: Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

X. Экскурсии, посещение соревнований.

Практика: Экскурсии в музеи и на выставки, посещение соревнований по баскетболу.

К концу первого года обучения дети должны:

Знать	Уметь
<ul style="list-style-type: none">• правила техники безопасности;• правила игры;• методику проведения упражнений.	<ul style="list-style-type: none">• владеть техникой стоек и перемещений;• владеть техникой ловли, передач, ведения, броска мяча;• владеть основами техники и тактики защиты и нападения.

Учебный план II года обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Промежуточная диагностика.	1	1	
2	Комплекс ГТО	1	1	
3.	Сведения о строении и функциях организма	1	1	
4.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	1	1	
5.	Общая и специальная физическая подготовка	18	1	17
6.	Основы техники и тактики игры	36	4	32
7.	Контрольные игры и соревнования	10	1	9
8.	Контрольные испытания	4	2	2
9.	Итого:	72	12	60

Содержание программы.

2 год обучения.

I. Вводное занятие. Промежуточная диагностика.

II. Комплекс ГТО.

Теория: ГТО – органическая часть всего учебного процесса. Нормативы и требования ГТО.

III. Сведения о строении и функциях организма.

Теория: Основные сведения о сердечно - сосудистой системе человека и ее функциях. Дыхание и газообмен. Значение дыхания для жизнедеятельности организма.

IV. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Теория: Влияние физических упражнений на увеличение физической массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на дыхание. Дыхание в процессе занятия баскетболом.

V. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: Значение общей и специальной физической подготовки для развития спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно – технического мастерства.

Практика:

Парные и групповые упражнения: с сопротивлением, перетягивание, переталкивание.

Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание, обороты и соскоки.

Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, на руках.

Бег: стартовые рывки с места, повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 метров, бег со сменой направления по зрительному сигналу, пробегание отрезков 40 – 60 метров, кросс 300 метров.

Прыжки: опорные и простые прыжки с мостика или трамплина, серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов, метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Подвижные игры: «Салки спиной к щиту», «Вызов номеров», «Слушай сигнал», «Круговая охота», «Бегуны», «Кто сильнее».

Лыжи: ходьба без учета времени одновременным двухшажным ходом, повороты на месте, прогулки на лыжах.

VI. Основы техники и тактики игры.

Теория:

Характеристика основных приемов техники: перемещение, ловля, передача, ведение, броски.

Значение тактической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые тактические действия.

Практика:

Техника нападения: техника передвижения, прыжки толчком двух ног, прыжки толчком одной ноги.

Техника владения мячом: ловля катящегося мяча, передача мяча двумя руками снизу, двумя руками с отскоком от пола, броски мяча с места одной рукой от плеча, одной рукой сверху, ведение мяча с изменением скорости передвижения, с изменением высоты отскока, с переводом мяча на другую руку.

Техника защиты: передвижение в защитной стойке вперед, назад, в стороны, выравнивание мяча, выбивание мяча, перехват мяча.

Тактика нападения: выбор способа ловли, выбор способа передачи, взаимодействие трех игроков – «треугольник», организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.

Тактика защиты: применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего, выбор места и способа противодействия нападдающему, противодействие выходу на свободное место для получения мяча, действия одного защитника против двух нападающих, взаимодействия двух игроков – отступление, личная система защиты

VII. Контрольные игры и соревнования.

Теория: правила соревнований, положение о соревнованиях, оформление хода и результата **соревнований**.

Практика: соревнования по подвижным играм с элементами баскетбола, учебно – тренировочные игры.

VIII. Контрольные испытания.

Сдача нормативов по специальной подготовке.

К концу второго года обучения дети должны:

Знать	Уметь
<ul style="list-style-type: none"> • нормативы и требования ГТО; • влияния физических упражнений на организм обучающегося. 	<ul style="list-style-type: none"> • владеть техникой и тактикой игры.

Тренировочная деятельность организуется в течение всего календарного года, в соответствии с календарным учебным графиком, годовым учебным планом и календарем спортивно-массовых мероприятий.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	1 сентября	31 мая	36	72	2 часа 1 раз в неделю
2 год обучения	1 сентября	31 мая	36	72	2 часа 1 раз в неделю

Условия реализации дополнительной программы:

Для реализации программы необходима следующая материально-техническая и дидактико-методическая база:

Материально-техническое обеспечение	Дидактико-методическое обеспечение
Щиты тренировочные с кольцами Стойки для обводки Гимнастическая стенка Гимнастические скамейки Гимнастический мостик Гимнастические маты Скакалки Мячи набивные различной массы Гантели различной массы Мячи баскетбольные Насос ручной со штуцером Спортивный зал Раздевалка Компьютер	Методическая литература Видеоматериалы

Оценочные и методические материалы

Способы оценивания результатов:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении. Применяются следующие виды и формы контроля:

- *предварительный контроль* (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования
- *промежуточный контроль* (за уровнем освоения основных умений и навыков) проводится один раз в полугодие в форме тестирования
- *итоговый контроль*, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний
- *текущий контроль* (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения в течение всего учебного года.

Теоретическая подготовка. Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела *теоретическая подготовка* осуществляется по средствам использования таких методов как опрос, собеседование, творческое задание.

Физическая подготовка. Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводятся контрольными упражнениями. Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

1. бег на короткие дистанции (30,60м);
2. бег на длинные дистанции (800- 1000м.);
3. сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
4. подтягивание на высокой перекладине;
5. поднимание туловища за 1 мин.

Результат определяется по сравнительной таблице.

Тест «длинные дистанции» оценивается по контрольному времени, применяется только в конце учебного года.

Каждый тест оценивается по 5-и уровням (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Успешным считается результат, соответствующий среднему уровню и выше.

Продвижение ребёнка в диапазоне уровня также считается успешностью.

Техническая подготовка

Техническая подготовленность учащимися проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения упражнения.

Формой контроля технической подготовленности баскетбола является педагогическое тестирование, которое проводится в конце учебного года.

Тактическая подготовка

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается в вынесении *оценочных суждений* по выполнению учащимися действий в нападении и защите с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Контроль проводится как на учебных занятиях, так и в соревновательной деятельности. Оценочные суждения выносятся на основании определений умений и навыков использования учащимися действий с мячом и без мяча в групповых и командных действиях.

Для баскетболистов главной задачей в этом разделе считается:

- научиться правильно выбирать решение (бросить в кольцо, делать передачу, вести мяч);
- правильно занимать место в защите и нападении по отношению к кольцу и соперникам (держание игрока в треугольнике, закрытая и открытая стойка в зависимости от нахождения мяча на площадке и нападающего игрока; действия игроков в быстром прорыве, в раннем и позиционном нападении);

- уметь переключаться от игры в защите в игру в нападении и наоборот (расположение игроков при борьбе за мяч на своём и чужом щите, блокирование игрока, борьба за отскок, выход на мяч, открывание для получения мяча).
- уметь взаимодействовать в нападении и защите в разных количественных соотношениях игроков (2 х 2, 2 х 1, 1 х 2; 3 х 3, 3 х 2, 2 х 3, 3 х 1);
- вбрасывание мяча из-за боковой и лицевой линий (взаимодействие игроков с помощью заслона и выхода на мяч);
- уметь взаимодействовать в команде, как в нападении, так и в защите (позиционное нападение: 3 х 2, 2 х 3, 1 х 3 х 1; 2 х 2 х 1; 1 х 2 х 1; 1 х 4; защита: личная защита, зонная защита, защита личным и зонным прессингом, комбинированная защита);
- умение игроков действовать не стандартно, спонтанно, выбирать решение
- КПД игрока в соревновательной деятельности (количество времени проведённого на площадке, перехваты мяча, потери, подбора на своём и чужом щите, количество заброшенных мячей, накрывание мяча, результативные передачи).

Методическое обеспечение программы.

Раздел	Форма занятия	Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса	Форма подведения итогов
Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, изучение знаний по физической культуре. Учебники по физической культуре, баскетболу. Методические пособия по баскетболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Просмотр аудио и видео материала. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос учащихся.
Техническая подготовка.	Объяснение, демонстрация технического	Повторный, дифференцированный, игровой,	Контрольные упражнения, соревнования,

	действия, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	соревновательный методы.	товарищеские встречи.
Тактическая подготовка.	Лекция, беседа, видео материала, участие в соревнованиях.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный методы.	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
Физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, фронтальный, круговой, повторный, попеременный, игровой методы.	Тесты и контрольные упражнения.
Контроль умений и навыков	Соревнования (школьные, районные) товарищеские встречи, судейство и организация соревнований.	Индивидуальный. Участие в соревнованиях и товарищеских встречах.	Обсуждение результатов соревнований.

Литература для педагога:

1. Барышева Н.В., Минияров В.М., Неклюдова М. Г. Основы физической культуры старшеклассника. — Самара, 1995.
2. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР. — М.: Советский спорт, 2006.
3. Би Нортон Упражнения в баскетболе — М., ФиС, 1972.
4. Буйлин Ю.Р., Портых Ю.И. Мини-баскетбол в школе. — М., 1990 г.
5. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола — М., ФиС, 1963.
6. Грасис А. Специальные упражнения в баскетболе — М., ФиС, 1967.
7. Зинин А.М. Первые шаги в баскетболе. — М. 1986 г.
8. Петунин О. В. Формирование профессионального мастерства учителя физической культуры. — М., 1989.
9. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.
10. Спортивные игры / Под.ред. В. Д. Ковалева. — М., Просвещение, 1988.
11. Твой олимпийский учебник: Учеб. пособие для учреждений образования России / В. С. Родиченко и др. — М., 1996.
12. Яхонтов Е.Р., Кит Л.С. Индивидуальные упражнения баскетболистов — М., ФиС, 1981.

Литература для обучающихся:

1. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола — М., ФиС, 1963.
2. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболистов. М., 1967.
3. Иванов А.А. Баскетбол для юных. «Спорт в школе», 1996 г., №40.
4. Кожевникова Э. Тренировка ловкости и быстроты баскетболистов — М., ФиС, 1971.
Кузин В.В. Баскетбол. Начальный этап обучения. М., «ФиС», 1999
5. Правила соревнований по баскетболу — 1990, 1991
6. Спортивные игры. Под редакцией В.Д. Ковалёва. М., «Просвещение», 1988.

