

Отдел образования администрации Краснопартизанского муниципального района

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Районный дом детского творчества
Краснопартизанского муниципального района
Саратовской области»

Принята на заседании
педагогического
совета Протокол № 10
от «19» 08 2025 года

«Утверждаю»
Директор МУДО «РДДТ п. Горный»
И.С. Метиславская
Приказ № 73 от «19» 08 2025 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«БАСКЕТБОЛ»

Направленность: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

Возраст учащихся: 14-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Житваев Арстан Инитаевич,
педагог дополнительного образования.

п. Горный
2025г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол».....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи.....	5
1.3 Планируемые результаты.....	5
1.4. Содержание программы.....	6
1.5. Форма аттестации и их периодичность.....	11
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	11
2.1 Методическое обеспечение программы.....	11
2.2 Условия реализации программы.....	14
2.3. Оценочные материалы.....	15
2.4. Список литературы.....	15
Методический кейс.....	16
Приложение 1.....	16
Приложение 2.....	20

Разделел №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы»

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время в системе физического воспитания подрастающего поколения становится актуальной проблемы использования ресурсов занятий в физкультурно-спортивных занятиях как для достижения единичных высоких спортивных результатов, а так же для повышения системного образовательного результата, ориентированного на привлечение как можно большего числа обучающихся к занятиям физической культуры и спортом.

Баскетбол – это массовый вид спорта в России и один из лучших способов укрепления здоровья. Благодаря своей доступности баскетбол охватывает спортсменов, любителей всех возрастов и уровней подготовки.

Систематические занятия баскетболом помогают укреплять здоровье, воспитывают волю и характер, являются хорошим средством профилактики правонарушений и асоциального поведения, развитию коммуникабельности, формируют этические нормы в общении и поведении в коллективе детей и взрослых.

Дополнительная образовательная программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную *направленность*.

Программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими задачи, содержание и формы организации педагогического процесса в дополнительном образовании:

Федеральным законом «Об образовании Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273 –ФЗ);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Санитарными правилами СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи». Утверждены Постановлением Главного Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ" (Зарегистрирован 18.09.2017 № 48226);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным

программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196";

Программа реализуется как очно, так и заочно, с использованием дистанционных образовательных технологий, при необходимости (при карантинах, условиях угрозы распространения инфекции). Темы разделов при переходе на заочную форму обучения, остаются те же. Материалы размещаются на официальном сайте образовательной организации.

Актуальность. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, неся оздоровительный эффект. В результате деятельности по программе происходит воспитание волевых черт характера, наблюдается благотворное воздействие на все системы детского организма, происходит развитие таких физических качеств, как сила, быстрота, выносливость, ловкость.

Новизна программы заключается в том, что в ряду дополнительного образования физкультурно-спортивного направления Краснопартизанского района, программа «Баскетбол» является комплексной, так как она направлена на развитие всесторонне-физическое развитие обучающихся.

Педагогическая целесообразность программы в том, что она ориентирована на применение широкого комплекса физкультурно- спортивной деятельности.

Отличительная особенность. В данной программе отражены основные принципы обучения и спортивной подготовки детей. Программа адаптирована к условиям работы в данном учреждении.

Адресат, возрастные особенности. Программа рассчитана на обучающихся 14-17 лет.

Возрастные особенности детей 14-17 лет. Большое значение для обучающихся 14-17 лет имеет та сфера, в которой ребенок реализует себя. Например, в процессе общественно полезной деятельности, участвуя в которой подросток осознает себя и признается окружающими как равноправный член общества, создаются оптимальные условия для реализации потребности в социальном признании, для усвоения социально значимых ценностей. Самоутверждение себя как личности, самоопределение происходит у подростка в значимой для всех, постоянно усложняющейся деятельности, где он получает удовлетворение от сознания своей общественной ценности. В такой общественно полезной деятельности происходит развитие адекватного ей мотива — от желания подростка показать, проявить себя, когда другие выступают лишь средством для удовлетворения этого желания, до мотива принести пользу другим людям, где другие выступают целью его деятельности. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в баскетбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем

статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов.

Программа «Баскетбол» составлена в соответствии с данными психолого-педагогическими особенностями.

Наполняемость группы: 8-15 человек.

В объединение принимаются все желающие на основании заявления родителей (законных представителей) ребёнка.

Сроки и объём реализации. Объём программы 216 часов, который реализуется в течение 1 года, т.е. 9 месяцев (36 недель).

Режим занятий. Занятия по программе проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, продолжительность часа - 45 минут, перерыв 10 минут.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель. Развитие физических способностей обучающихся по средствам игры в баскетбол.

Задачи.

Образовательные:

- обучать правилам игры в баскетбол;
- обучать приемам техники игры и тактическим действиям в нападении и защите;
- обучать двигательным действиям и их сочетаниям;
- через **наставничество** освоить эффективные подходы к планированию учебной, общественной и другой деятельности.

Развивающие:

- развивать координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость;
- развивать двигательные способности посредством игры в баскетбол;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- развивать **наставнические** умения и навыки.

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества;
- формировать устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям баскетболом;
- воспитывать чувства коллективизма, умения работать в команде, дисциплинированности, корректности и требовательности к самому себе;
- формировать личную ответственность **наставника** за действия, поступки и творческую активность **наставляемого** в объединении;
- воспитывать патриотизм, позитивное отношение к спортивному прошлому и настоящему своей Родины.

1.3. Планируемые результаты

В результате обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» обучающиеся получают

следующие результаты:

Предметные результаты:

- сформированы правила игры в баскетбол;
- сформированы приемы техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
- сформированы навыки игры баскетбола;
- через **наставничество** освоить эффективные подходы к планированию учебной, общественной и другой деятельности.

Личностные:

- сформирован устойчивый интерес и привычкам к систематическим занятиям баскетболом;
- сформировано командное мышление, командное поведение, дисциплинированность;
- сформировать личную ответственность **наставника** за действиями, поступками и творческой активностью **наставляемого** в объединении;
- развито патриотизм, позитивное отношение к спортивному прошлому и настоящему свой Родины.

Метапредметные результаты:

- созданы условия для формирования морально-волевых качеств;
- созданы условия для учебно-тренировочных занятий, для развития координации движений и основных физических качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости;
- сформированы навыки соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- развиты **наставнические** умения и навыки;
- развито патриотизм, позитивное отношение к спортивному прошлому и настоящему свой Родины.

1.4. Содержание программы.

Учебный план

№ п/п	Наименование и содержание тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел №1. «Теоретическая подготовка» - 6 часов					
1	Вводное занятие «История развития баскетбола в Саратовской области». Правила игры в баскетбол. Разновидности баскетбола. Инструктаж Т/б.	2	1	1	Анкетирование/ онлайн-анкетирование
2	Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания.	2	1	1	Опрос /онлайн- опрос
3	Понятие техники и тактики игры в баскетбол. Роль наставника.	2	1	1	Тестирование/ онлайн-тестирование
Раздел №2. «Общая физическая подготовка» (ОФП) - 66 часов					

4	ОФП с инвентарем индивидуально	20	1	19	Нормативы/ онлайн-нормативы
5	ОФП с инвентарем с партнером	20	1	19	Нормативы/ онлайн-нормативы
6	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи и туловища	13	-	13	Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения
7	Упражнения для мышц ног и таза. Легкоатлетические упражнения.	13	-	13	Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения
Раздел №3. «Специальная физическая подготовка» (СФП) - 35 часов					
8	Развитие специальных физических качеств	33	2	31	Игра /онлайн - интерактивная игра
9	Как подготовить наставляемого к соревнованиям. Советы от наставника.	2	1	1	Тестирование/ онлайн-тестирование
Раздел №4. «Техническая подготовка» – 35 часа					
10	Правила поведения наставляемого на занятии для повышения результативности.	2	1	1	Конкурс «Правила для наставляемого»
11	Передвижения и стойки. Владение мячом. Ведение мяча.	15	1	14	Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения
12	Индивидуальные действия. Техника защиты: 1. Передвижения. 2. Овладение мячом	18	1	17	Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения
Раздел №5. «Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия» - 34 часов					
13	Овладение тактикой игры в нападении	12	2	10	Игра/ онлайн-интерактивная игра
14	Овладение тактикой игры в защите	12	2	10	Игра/ онлайн-интерактивная игра
15	Индивидуальные действия. Тактика защиты и нападения: 1. Индивидуальные действия. 2 . Групповые действия 3 . Командные действия.	6	2	4	Игра/ онлайн-интерактивная игра
16	Восстановительные средства	4	2	2	Просмотр игр/ онлайн-просмотр игр
Раздел №6. «Интегральная подготовка» – 20 часов					
17	Овладение игрой	10	1	9	Соревнование/ онлайн-соревнование
18	Развитие психомоторных способностей	10	1	9	Игра с заданиями/ онлайн-интерактивная игра с заданиями

Раздел №7. «Участие в соревнованиях, судейская практика» – 20 часов					
19	Овладение организаторскими способностями	10	2	8	Учебно-тренировочные игры, соревнования/ онлайн-занятия
20	Турнир по баскетболу (совместно разработанное мероприятие наставника и наставляемого)	6	-	6	Соревнование/ онлайн-соревнование
21	Контрольные нормативы	4	1	3	Тестирование/онлайн-тестирование
	Всего	216	24	192	

Содержание учебного плана

Раздел №1. «Теоретическая подготовка»

Тема 1. Вводное занятие «История развития баскетбола в Саратовской области».

Теория. (Очно/дистанционно) Техника безопасности. Профилактика травматизма. История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России. Правила игры в баскетбол. Разновидности баскетбола.

Практика. Анкетирование/ онлайн-анкетирование

Тема 2. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания.

Теория (очно/дистанционно) Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий. Юношеские разряды по баскетболу.

Практика. Опрос /онлайн- опрос.

Тема 3. Понятие техники и тактики игры в баскетбол. Роль наставника.

Теория. (Очно/дистанционно) Как провести диагностическую/ развивающую беседу с наставляемым, для уточнения зон его развития.

Практика. Тестирование/ онлайн-тестирование.

Раздел №2. «Общая физическая подготовка» (ОФП)

Тема 4. ОФП с инвентарем индивидуально.

Теория. (Очно/дистанционно) Упражнения с различным инвентарем.

Практика. Упражнения с различным инвентарем индивидуально и с партнерами на развитие физических качеств (сила, ловкость, быстрота, гибкость, выносливость). Нормативы/онлайн-нормативы.

Тема 5. ОФП с инвентарем с партнером.

Теория (очно/дистанционно) Выполнение общеразвивающих, на выносливость, на прыгучесть, силовые, скоростные упражнения. Гигиенические требования к спортсмену.

Практика Упражнения с различным инвентарем индивидуально и с партнерами на развитие физических качеств (сила, ловкость, быстрота, гибкость, выносливость). Нормативы/онлайн-нормативы.

Тема 6. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи и туловища.

Теория (очно/дистанционно) Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи и туловища.

Практика. Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения.

Тема 7. Упражнения для мышц ног и таза. Легкоатлетические упражнения.

Теория (очно/дистанционно) Упражнения для мышц ног и таза. Легкоатлетические упражнения.

Практика. Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения.

Раздел №3. «Специальная физическая подготовка» (СФП)

Тема 8. Развитие специальных физических качеств.

Теория (очно/дистанционно) Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика. Игра /онлайн -интерактивная игра.

Тема 9. Как подготовить наставляемого к соревнованиям? Теория (очно/дистанционно) Советы от наставника.

Практика. Тестирование/ онлайн-тестирование.

Раздел №4. «Техническая подготовка»

Тема 10. Правила поведения наставляемого на занятии для повышения результативности.

Практика. (Очно/дистанционно) Конкурс «Правила для наставляемого».

Тема 11. Передвижения и стойки. Владение мячом. Ведение мяча.

Теория (очно/дистанционно) Передвижения и стойки. Владение мячом. Ведение мяча.

Практика. Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения.

Тема 12. Индивидуальные действия. Техника защиты: 1. Передвижения. 2. Овладение мячом.

Теория (очно/дистанционно) Подвижные игры. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча

Практика. Контрольные упражнения / онлайн-контрольные упражнения.

Раздел №5. «Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия»

Тема 13. Овладение тактикой игры в нападении.

Теория (очно/дистанционно) Что такое тактика «Нападения»

Практика. Групповые действия – взаимодействие игроков. Командные тактические действия с изменения позиций игроков. Игра, интерактивная игра.

Тема 14. Овладение тактикой игры в защите.

Теория (Очно/дистанционно) Что такое «Защита».

Практика. Выбор способа приема и передачи мяча. Взаимодействие Система игры в защите. Игра/интерактивная игра.

Тема 15. Индивидуальные действия. Тактика защиты и нападения: 1. Индивидуальные действия. 2 . Групповые действия 3 . Командные действия.

Теория (очно/дистанционно) Подвижные игры. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча

Практика. Игра/ онлайн-интерактивная игра

Тема 16. Восстановительные мероприятия.

Теория (очно/дистанционно) Восстановительные средства делятся на четыре группы: педагогические, психологические, гигиенические и медико-биологические.

Практика. Просмотр игр (очно/дистанционно).

Раздел №6. «Интегральная подготовка»

Тема 17. Овладение игрой.

Теория (Очно/дистанционно) Правила игры «Баскетбол». Правила игры. Правила ведения игры. Игроки, их расстановка.

Практика. Учебная игра в баскетбол с заданиями. Соревнование/онлайн-соревнование.

Тема 18. Развитие психомоторных способностей.

Теория (Очно/дистанционно) Правила игры «Баскетбол».

Практика. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ. Игра с заданиями/онлайн- интерактивная игра с заданиями.

Раздел №7. «Участие в соревнованиях, судейская практика»

Тема 19. Овладение организаторскими способностями.

Теория (Очно/дистанционно). Правила судейства. Заполнение протоколов соревнований, жеребьевка, правила игры.

Практика. Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий. Учебно-тренировочные игры, соревнования/ онлайн-занятия.

Тема 20. Турнир по баскетболу.

Практика. (Очно/дистанционно) Соревнование по баскетболу (совместно разработанное мероприятие наставника и наставляемого). Соревнование/онлайн-соревнование.

Тема 21. Контрольные нормативы.

Теория (очно/дистанционно). Техника выполнения нормативов.

Практика. Дневник достижений учащихся. Тестирование/ онлайн-тестирование.

1.5. Формы аттестации/ контроля и их периодичность.

Предметные результаты:

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с баскетболистами. В процессе учебно-тренировочной работы систематически ведется учет подготовленности путем:

- а) текущей контроль усвоения изучаемого материала;
- б) результатов выступления в соревнованиях команды и индивидуальных игровых показателей;
- в) выполнения контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке, для чего организуются специальные соревнования.

Метапредметные и личностные результаты:

Текущий контроль проводится с использованием метода педагогического наблюдения.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- аналитический справка по итогам проведения тестирования;
- материалы тестирования и зачётов (вопросы тестов, зачётов и анализы результатов);
- протокол игр;
- итоговые таблицы результативности.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Методическое обеспечение.

Обучение проводится и реализуется в очной форме с использованием электронных (дистанционных) технологий.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» разработано в форме образовательно-методического комплекса, который включает набор компонентов, предполагающих как целостное, так и модульное их использование материалов.

Одно из главных условий успеха обучения детей и развития и творчества – это индивидуальный подход к каждому ребенку. Важен и принцип обучения и воспитания в коллективе. Он предполагает сочетание коллективных, групповых, индивидуальных форм организации и форм **наставничества** на занятиях. Коллективные задания вводятся в программу с целью формирования опыта общения и чувства коллективизма.

Программа предназначена для обучения детей баскетболу, укреплению здоровья и физического развития.

Программа состоит из 7-и разделов, каждый из которых нацелен на решение определенных задач.

Раздел №1. «Теоретическая подготовка» требует, прежде всего, умения ориентироваться в специальной терминологии, разбираться в сущности базовых понятий.

Раздел №2. «Общая физическая подготовка» предполагает всестороннее развитие организма спортсмена, повышение уровня развития выносливости, силы, быстроты, гибкости, ловкости и на основе этих качеств создание функциональной базы, необходимой для достижения высоких спортивных результатов;

Раздел №3. «Специальная физическая подготовка» направлена на развитие специальных физических качеств, необходимых баскетболисту для успешной реализации технико - тактических действий.

Раздел №4. «Техническая подготовка» обеспечивает освоение спортсменом правильной техники игровых элементов.

Раздел №5. «Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия» обеспечивает освоение спортсменом тактики игры в защите и нападении, развивает у спортсменов стрессоустойчивость и целеустремленность.

Раздел №6. «Интегральная подготовка» обеспечивает слаженность и эффективность комплексного проявления всех сторон подготовки баскетболиста.

Раздел №7. «Участие в соревнованиях, судейская практика» обеспечивает оптимальное физическое состояние спортсменов на соревнованиях.

Формы организации образовательного процесса подбираются с учетом цели и задач, специфики содержания данной образовательной программы и возраста обучающихся. Используемые индивидуальная, учебно-тренировочная, групповая, соревнование, зачёт, электронная (дистанционная) форма, **наставничество**.

Формы взаимодействия субъектов образовательного процесса в случае электронного обучения с применением дистанционных технологий предусматривается взаимодействие с педагогом, обучающимися, родителями-помощниками в техническом обеспечении образовательного процесса.

Формы проведения занятий – это беседа, практикум, соревнования, контрольно-учётные, учебно-тренирующие и др.

При реализации программы используются различные **методы** обучения: словесный, наглядный, практический, повторный, соревновательный и т.д.

Методы по преимущественному источнику получения знаний:

- словесные (объяснение, пояснения и указания);
- наглядные (показ, демонстрация);
- практические (упражнения, игры, соревнование, тренировочные занятия).

Для решения образовательных задач используются разнообразные **приёмы и педагогические технологии** обучения.

Приемы обучения обучающихся - это создание ситуации успеха, использование дифференцированного и индивидуального подходов, возможность поделиться своими достижениями и успехами, возможность каждого обучающегося видеть своё движение вперёд, педагогическое сотрудничество и др.

Приёмы обучения: соревнование (просмотр и анализ учебных кинофильмов видеозаписей, просмотр и обсуждение соревнований), фестиваль, презентации демонстрация, работа в дистанционной оболочке в сервисах: Zoom.

Педагогические технологии, используемые в представлении программного материала:

№	Наименование технологии, методик	Характеристика технологий в рамках образовательной программы
1	Технология группового обучения	С помощью групповой технологии учебная группа, поделённая, на подгруппы решает, и выполняет конкретные задачи таким образом, что виден вклад каждого обучающегося.
2	Игровая технология	Обеспечивает личностную мотивационную включенность каждого обучающегося, что значительно повышает результативность обучения по программе. У обучающихся формируются способности анализировать, исследовать, систематизировать свои знания, обосновывать собственную точку зрения генерировать новые идеи, что повышает продуктивность их творческой и интеллектуальной деятельности.
3	Здоровье сберегающая технология	Благодаря этим технологиям обучающиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Они способствуют активному участию самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности ребёнка, становления самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и

		здоровье своих товарищей.
4	Электронные (дистанционные) технологии	С помощью этих процессов происходит подготовка и передача информации обучающемуся, через компьютер (дистанционно)
5	Технология наставничества	С помощью данной технологии более опытные и знающие обучающиеся передают свои знания, умения и навыки, оказывают наставляемым необходимую поддержку в обучении, социализации и взрослении.

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение.

Спортивный зал – игровой с разметкой для баскетбола. Хорошо проветриваемое помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям.

Спортивное оборудование и инвентарь:

баскетбольные щиты с кольцами 4 шт.

мячи баскетбольные 20 шт.

мячи набивные 5 шт.

скакалка 10 шт.

гимнастические скамейки 4 шт.

секундомер 1 шт.

табло 1 шт.

магнитная доска с фишками 1 шт.

Информационно – методическое обеспечение

Для успешной реализации программы используется, ноутбук с выходом в Интернет:

сайт _____

e-mail _____

Электронные образовательные ресурсы:

1. Министерство спорта РФ - www.minsport.gov.ru
2. Министерство образования и науки РФ - <http://минобрнауки.рф/>
3. Российская Федерация баскетбола - www.basket.ru

Дидактические материалы

Тест: «Баскетбол» (Приложение 1)

Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» осуществляет тренер-преподаватель со средним специальным образованием, прошедший курсы профессиональной переподготовки «Педагог дополнительного образования».

2.3. Оценочные материалы

Критерии оценки предметных результатов по разделам (темам) и планируемых оцениваемых параметров метапредметных и личностных результатов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» в рамках текущего контроля, промежуточной/итоговой аттестации обучающихся представлены в приложении 2.

2.3. Список литературы

Для педагога:

1. Арзуманов, С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5 - 9 классов /С.Г. Арзуманов. - М.: Феникс, 2018. - 112 с.
2. Башкирова В.Г., Портнов Ю.М., Луничкин В.Г., Духовный М.И., Мацак А.Б., Чернов С.В., Саблин А.Б. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2007. – 100 с.
2. Боб Коузи, Фрэнк Пауэр. Баскетбол: Концепции и анализ // Боб Коузи, Фрэнк Пауэр. - М.: АСТ, - 1998.-272с.
3. Гомельский, В. Как играть в баскетбол / В. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015. -288 с.67
4. Железняк Ю.Д., Водяникова В.П. и др., Баскетбол. М., 1984.-100с.
5. Кудряшов В.А. Технические приемы игры в баскетбол [Текст]
6. /В.А.Кудряшов, В. А. Кудряшов, Р. В. Мирошникова. Выходные данные. Минск : Беларусь, 1967. Физическое описание. 184 с. : ил.
5. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. М. АСТ АСТРЕЛЬ, 2004
6. Сборник Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спортабаскетбол / Сборник. - М.: Спорт, 2016. - 823 с.

Для обучающихся:

1. Алачачян, Арменак Не только о баскетболе / Арменак Алачачян. - М.: Молодая Гвардия, 2018. - 320 с.
2. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта / Б.Р. Голощапов. - М.: Academia, 2015. - 320 с.
3. Судейский комитет РФБ ЗАО «Инфобаскет» Официальные правила баскетбола ФИБА 2010 // Судейский комитет РФБ ЗАО «Инфобаскет» - Москва 2010.-156 с.

Тест для проверки теоретических знаний по разделам/темам учебно-тематического плана программы

Тест «Баскетбол»

1. **Определите размеры баскетбольной площадки (м):**
 - а) 26 на 14
 - б) 28 на 15**
 - в) 30 на 16
2. **Какова высота баскетбольной корзины?**
 - а) 300 см
 - б) 305 см**
 - в) 310 см
3. **Из сколько таймов состоит встреча в баскетболе?**
 - а) двух таймов по 20 минут
 - б) четырех таймов по 10 минут**
 - в) трех таймов по 15 минут.
4. **Сколько минут длится каждый тайм в баскетболе?**
 - а) 20 минут
 - б) 10 минут**
 - в) 40 минут
5. **Сколько метров от центра корзины до трехочковой линии?**
 - а) 6
 - б) 6,15
 - в) 6,25**
6. **Выберите верный ответ. Игрок нападающей команды не должен находиться в зоне под корзиной более (с):**
 - а) 5
 - б) 4
 - в) 3**
7. **Вспомните, как вводится мяч в игру после обоюдного фола:**
 - а) выбрасыванием мяча из-за боковой линии
 - б) спорным броском
 - в) штрафным броском**
 - г) по усмотрению судьи
8. **Выберите, что такое «pivot»:**
 - а) штрафной бросок
 - б) остановка после ведения
 - в) шаги на месте без отрыва опорной ноги**
 - г) бросок после ведения мяча.

9. Выберите верный ответ. В баскетболе, если мяч заброшен из-за 6 метровой линии засчитывается:

- а) 1 очко
- б) 2 очка
- в) 3 очка

10. За сколько фолов игрока удаляют из игры по правилам баскетбола?

- а) 7
- б) 6
- в) 5

11. Название игры для детей по упрощенным правилам на площадке

уменьшенных размеров:

- а) стритбол
- б) мини-бол

мини-баскетбол

12. Какое значение у слова «баскетбол»?»

- а) ворота
- б) сумка-мяч
- в) корзина-мяч

13. В баскетбол играет команды:

- а) 2
- б) 3
- в) 4

14. С ____ года проводятся чемпионаты мира по баскетболу среди мужчин. а) 1950

- б) 1945
- в) 1962

15. Определите, что такое аут?

- а) Несоблюдение правил
- б) Ситуация, когда мяч уходит за пределы игровой площадки
- в) Пробежка игрока до кольца соперника

16. Какое количество фолов существует? а) 5

- б) 7
- в) 3

17. Обучение передачам в движении необходимо начинать после овладения занимающимися техникой разновидностей ловли и передач мяча на месте и остановки двумя шагами:

- а) с броском в корзину
- б) с передачей мяча
- в) с ловлей мяча

18. Групповой отбор мяча используется чаще всего:

а) при активной защите и прессинге

б) на половине площадки

соперника в) при явном

проигрыше команды

19. Определите, сколько очков приносит команде

попадание в баскетбольное кольцо:

а) одно очко

б) два очка (три очка при попадании из-за шестиметровой линии и одно – при попадании со штрафного броска)

в) три очка.

20. Выберите, какие приемы включает в себя техника владения мячом:

а) пасы

б) передачи

в) повороты

21. Технику передвижений в баскетболе составляет:

а) бросок мяча

б) броски в корзину

в) прыжки

22. Определите окружность мяча в сантиметрах:

а) 600 – 650

б) 700 – 730

в) 750 – 780

23. Выберите вес, который должен быть у баскетбольного мяча в граммах: а) 600 – 620

б) 650 – 700

в) 600 – 650

24. Жест судьи: имитация удара ребром ладони одной руки по запястью другой. Что он означает?

а) толчок игрока

б) удар игрока

в) блокировка

г) задержка игрока

25. Если по окончании игры счет равный, то как выбирают победителя?

а) назначают дополнительное время 5 минут

б) выбирают по считалке

в) дают 5 попыток забросить мяч, кто больше попадет тот и выиграл

26. На этих Олимпийских играх советские баскетболисты стали чемпионами?

а) XVIII

б) XX

в) XXI

27. Такое количество очков даётся за забитый мяч со штрафной линии:

а) 3 очка

б) 2 очка

в) 1 очко

28. Жест судьи: переменные движения руками вверх-вниз – обозначает следующее:

а) неправильное ведение мяча б) пробежка

в) замена игрока

г) штрафной бросок

29. Какая имеется особенность у игровой площадки в баскетболе?

а) она имеет определенный цвет (желтый с красным)

б) она имеет строгие размеры: длина 28 метров, ширина 15 метров

30. Выберите приемы, которые включает в себя техника владения мячом:

а) ловлю, остановки, повороты, ведение мяча

б) передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты

в) ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину.

Таблица оценивания образовательных результатов

№ п/п	ФИО уч-ся	Число набранных баллов	Степень выраженности оцениваемого качества (I, II, III)

Шкала оценки уровня физической подготовленности, обучающихся по программе «Баскетбол» представлена в Таблицах №1 и №2.

Таблица №1. Общая и специальная физическая подготовка(ОФП, СФП)

Виды испытаний	Мальчики					Девочки				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
ОФП										
Бег 20 м (сек)	4.5	4.6	4.7	4.8	4.9	4.7	4.8	4.9	5.0	5.1
Скоростное ведение мяча 20м(сек)	11.0	11.1	11.2	11.3	11.4	11.2	11.3	11.4	11.5	11.6
Прыжки в длину с места (см)	135	130	125	120	115	125	120	115	110	100
СФП										
Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)	24	23	22	21	20	20	19	18	17	16

Таблица №2. Техничко-тактическая подготовка (ТТП).

Тех. приём	Контрольное упражнение	Мальчи ки					Девочки				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Бросок мяча	Бросок мяча в корзину со штрафной линии (из 10 попыток кол-во попаданий)	6	5	4	3	2	5	4	3	2	1

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ ТЕСТИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

ЗА 20__ - 20__ УЧЕБНЫЙ ГОД:

Ф.И.О.	Виды испытаний	Мальчи ки					Девочки				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		ОФП									
	Бег 20 м (сек)										
	Скоростное ведение мяча 20м (сек)										
	Прыжки в длину с места (см)										
		СФП									
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)										

Дата проведения: «__» _____ 20__ г. Педагог: _____ /Житваев А.И./

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
ТЕСТИРОВАНИЕ ПО
ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
ЗА 20__ - 20__ УЧЕБНЫЙ ГОД:**

Дата проведения: «__» _____ 20__ г. Педагог: _____ /Житваев А.И./

	Тех. приём	Контрольное упражнение	Мальчики					Девочки					
			5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	
Ф И О	<i>Бросок мяча</i>	Бросок мяча в корзину со штрафной линии (из 10 попыток кол-во попаданий)											

Форма наставничества «ученик – ученик» предполагает взаимодействие обучающихся одной образовательной организации, при котором один из обучающихся находится на более высокой ступени образования и обладает организаторскими и лидерскими качествами, позволяющими ему оказать весомое, но, тем не менее, лишённое строгой субординации влияние на наставляемого.

Анкета наставляемого

1. Сталкивались ли Вы раньше с программой наставничества? [да/нет]

2. Если да, то где? _____

Инструкция:

Оцените в баллах от 1 до 10, где 1 – самый низший балл, а 10 – самыйвысокий

3. Оцените ожидаемый уровень комфорта при общении с наставником	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Насколько полезными/интересным, как Вам кажется, будут личные встречи с наставником?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5.Насколько полезны/интересными, как Вам кажется, будут групповые встречи?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Какой уровень поддержки Вы ожидаете от наставника?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Насколько Вы нуждаетесь в помощи наставника?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Насколько понятным, согласно Вашим ожиданиям, должен быть план, выстроенный наставником?										
9.Насколько Вам важно ощущение безопасности при работе с наставником?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10.Насколько Вам важно обсудить и зафиксировать ожидания наставника?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11.Оцените ожидаемые после завершения проекта перемены в Вашей жизни	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
12.Оцените ожидаемую полезность проекта для Вас	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

13. Что Вы ожидаете от программы?

14. Что для Вас является особенно ценным в программе?

15. Вы рады, что участвуете в программе? [да/нет]

Личностные результаты			
Сформированность активности, организаторских способностей	Мало активен, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность невысокая	1	Наблюдение
	Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов	2	
	Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, добивается выдающихся результатов, инициативен, организует деятельность других	3	
Сформированность коммуникативных навыков, коллективизма	Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально.	1	Наблюдение
	Поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы.	2	
	Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию.	3	
Сформированность ответственности, самостоятельности, дисциплинированности	Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца.	1	Наблюдение
	Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности учителя.	2	
	Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован, везде соблюдает правила поведения, требует того же от других.	3	
Метапредметные результаты			
Понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом	Овладел менее чем ½ объема задач, предусмотренных программой	1	Наблюдение
	объем усвоенных задач составляет более ½	2	
	демонстрирует полное понимание, предусмотренных программой задач за конкретный период	3	
Осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий	знает, но избегает их употреблять в деятельности	1	Наблюдение
	Не всегда осуществляет контроль своей деятельности. При выполнении заданий применяет полученную информацию, при наличии контроля учителя.	2	
	Осуществляет контроль своей деятельности, понимает и оценивает правильность выполнения учебной задачи.	3	

