ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 553 с углублённым изучением

английского языка Фрунзенского района Санкт-Петербурга

192281, г. Санкт-Петербург,

ул. Ярослава Гашека, дом 4, корпус 4

т/ф (812) 778-21-31

ИНН 7816167751 КПП 781601001

ПРИНЯТА

Решение Педагогического совета

Протокол от «31» августа 2026г №1

УТВЕРЖДЕНА

Приказ от «31» августа 2026г №261

Директор ГБОУ СОШ №553

_____А.А. Судаков

С учетом мнения совета родителей

Протокол от «31» августа 2026г. №1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет

Срок освоения: 3 года

Разработчик – **Богачевский Игорь Николаевич,**

педагог дополнительного образования

O=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 553 С УГЛУБЛЁННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, СНИЛС=05354308442, ИНН=781616927789, E=school553@edu-fm.spb.ru, G=Анатолий

Санкт-Петербург, 2026г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами образовательной организации.

Направленность программы - **физкультурно-спортивная.**

Адресат программы - программа предназначена для детей в возрасте 11-17 лет, желающим развивать свои спортивные способности и эстетический вкус, осваивать технику игры в баскетбол. Не имеющим медицинских противопоказаний для занятий баскетболом. Наличие специальных знаний и умений не обязательно, но наличие их учитывается при зачислении учащегося на конкретный год обучения по программе.

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Отличительные особенности и оригинальность программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15 человек.

Уровень освоения базовый

Объем и срок освоения: Программа реализуется в течении 3 года по 144 часа в год**.**

Год обучения	**Количество часов в неделю**	**Общее количество часов в году**

1 год обучения	4	144
2 год обучения	4	144
3 год обучения	4	144
	432	

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом.

Задачи:

1. ***Обучающие:***

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

2. ***Развивающие:***

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширение спортивного кругозора детей.

3. ***Воспитательные:***

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Планируемые результаты освоения учащимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

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.

Организационно- педагогические условия реализации ДОП

Язык реализации ДОП. Образовательная деятельность в рамках программы осуществляется на государственном языке Российской Федерации – русском.

Форма обучения – очная

Особенности реализации ДОП: Некоторые темы программы могут быть реализованы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Учебные занятия предполагают проведение теоретической и практической части. Распределение учебного времени между частями зависит от цели и задачи конкретного задания. Теоретическая часть включает в себя рассказ педагога, показ физических упражнений. Практическая часть включает выполнение учащимися физических упражнений и заданий.

Условия набора и формирование групп в объединение осуществляется на свободной основе, по желанию детей с обязательным, разрешающим медицинским документом на физические занятия и с заявлением от родителей (законных представителей) на занятия баскетболом.

Набор детей в группы **первого года** обучения проводится с 1 по 10 сентября в количестве от 15 человек.

Группы **второго года** обучения формируются из детей, успешно закончившие первый год обучения и (или) дети, прошедшие контрольные упражнения и практические тесты в количестве от 12 человек.

Группы **третьего года** обучения формируются из подростков, освоивших программы первого и второго года обучения и (или) дети, прошедшие контрольные упражнения и практические тесты в количестве от 10 человек.

Формы организации обучения: командная, малыми группами.

Формы проведения занятий: Словесный – рассказ, беседа, диалог, обсуждение. Наглядный – демонстрация приемов работы, наблюдение, работа по образцу при изучении новых приемов. Практический – физические упражнение, передачи самостоятельно или с помощью педагога, выполнение передач по схеме, по изображению, на основе представления, тренировочные занятия, соревнования, тестирования.

Материальное и методическое обеспечение (помещение, оборудование, приборы, инструменты, материалы и т.п.). В организации дистанционного обучения по программе обязательно указываются используемые платформы и сервисы.

Баскетбольные стойки - 2 штуки.

Баскетбольные щиты - 6 штук.

Мяч баскетбольный № 5 - 25 штук.

Эспандер - 2 штуки.

Мяч футбольный - 2 штуки.

Гимнастическая стенка - 6 пролётов.

Мячи набивные - 25 штук.

Рулетка.

Секундомер.

Гимнастические скамейки - 4 штуки.

Гимнастические маты - 6 штук.

Скакалки - 25 штук.

Мяч баскетбольный № 7 - 25 штуки.

Стойки конусы - 2 штуки.

Аптечка

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план **1 года** обучения

	Основы спортивной тренировки	4	6	10	Опрос учащихся, тестирование. Контрольные тесты и упражнения.
1.	Общефизическая подготовка	4	26	30	Опрос, выполнения нормативных упражнений, игра.
2.	Техническая подготовка	2	60	62	Контрольные упражнения по баскетболу.
3.	Тактическая подготовка	2	30	32	Материалы по тактической подготовке баскетболиста.
4.	Контрольные и календарные игры	2	4	6	Выполнения нормативных упражнений, игры.
5.	Итоговое занятие	0	2	2	Игры, контрольные испытания.
Итого		**16**	**128**	**144**	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план **2 года** обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	**Вводное занятие**	2	0	2	Беседа.
2.	Основы спортивной тренировки	4	6	10	Опрос учащихся, тестирование. Контрольные тесты и упражнения. Сдача контрольных нормативов.

3.	Общефизическая подготовка	4	26	30	Опрос, выполнения нормативных упражнений, игра.
4.	Техническая подготовка	2	60	62	Контрольные упражнения на технику по баскетболу.
5.	Тактическая подготовка	2	30	32	Материалы по тактической подготовке баскетболиста.
6.	Контрольные и календарные игры	2	4	6	Выполнения нормативных упражнений, игры.
7.	Итоговое занятие	0	2	2	Игры, контрольные испытания.
Итого		**16**	**128**	**144**	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план **3 года** обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Теория	**Практика**	**Всего**	
1.	**Вводное занятие**	2	0	2	Беседа.
2.	Основы спортивной тренировки	4	6	10	Опрос учащихся, тестирование. Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг. Сдача контрольных нормативов.
3.	Общефизическая подготовка	4	26	30	Опрос, выполнения нормативных упражнений, игра.
4.	Техническая подготовка	2	60	62	Контрольные тесты на технику.

5.	Тактическая подготовка	2	30	32	Материалы по тактической подготовке.
6.	Контрольные и календарные игры	2	4	6	Выполнения нормативных упражнений, игры.
7.	Итоговое занятие	0	2	2	Игры, контрольные испытания.
Итого		**16**	**128**	**144**	

УТВЕРЖДЕН

Приказ от «31» августа2026 г №261

Директор_____А.А. Судаков

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеразвивающей программы

«Баскетбол»

На 2026-2027 учебный год

Год обучен**ия**	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2 год	01.09.2026	25.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

1 академический час равен 45 минутам

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «Баскетбол»

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Задачи:

1. ***Обучающие:***

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

2. ***Развивающие:***

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширение спортивного кругозора детей.

3. ***Воспитательные:***

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Планируемые результаты освоения учащимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

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;

Содержание программы:

Тема	**Теория**	**Практика**
1. Вводное занятие	-инструктаж по технике безопасности; -знакомство с программой; -режимом работы; -правила поведения.	
2. Основы спортивной тренировки	Изучение материала по баскетболу, способствующего обучению школьников техническим и тактическим приемам.	-действие без мяча; -передвижение приставным шагом; -ловля мяча от пола -техника передвижения приставными шагами; -прыжки с толчком с двух ног; -передвижение приставным шагом; -передача мяча двумя руками от груди; -техника передвижения; - бросок мяча двумя руками от

		груди; -техника передвижения по площадке; -ведение мяча в движении; - способы ловли мяча; - учебно-тренировочные игры
3. Общефизическая подготовка	Обсуждение выполнения упражнений на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости).	-метание малого мяча, набивного мяча из различных положений одной и двумя руками; -метание набивного мяча (1 кг) из различных исходных положений двумя и одной рукой; -круговая тренировка; -передачи мяча в парах; -учебно-тренировочная игры; -техника передвижения; -передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. -применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке; -совершенствование техники передачи мяча.
4. Техническая подготовка	Знакомство с техниками баскетбола. Техническая подготовка баскетболиста	-техника передвижения; -передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком; -применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке; -совершенствование техники ловли и передачи мяча;

		-выбор способа передачи в зависимости от расстояния; -совершенствование тактических действий в нападении и защите; -общая характеристика спортивной тренировки; -взаимодействие двух игроков «подстраховка»; -учебно-тренировочные игры.
5. Тактическая подготовка	тактика игры в баскетбол. Тактическая подготовка баскетболиста Обсуждение действий при групповых и командных действиях в нападении; групповых и командных действиях в защите.	- нападение; - обманный выход для отвлечения защитника; - розыгрыш мяча короткими передачами; - атака кольца; - защита; - противодействие получению мяча; -противодействие розыгрышу мяча; -противодействие атаке кольца; – подстраховка; - система личной защиты.
6. Контрольные и календарные игры	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу.	-многократное выполнение технических приемов и тактических действий; -чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях; -двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам баскетбола; -товарищеские игры; -итоговые контрольные игры
7. Итоговое занятие	Подведение итогов года.	- итоговые игры.

Календарно-тематический план 2 год обучения

1 группа

Месяц	Число	Раздел программы Тема. Содержание	Количество часов	Итого часов в месяц
Сентябрь	1.09	Вводное. Техника безопасности. Специальная физическая подготовка. Ведение мяча на месте с различной высотой отскока.	2	**18**
	3.09	Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли и передачи мяча.	2	
	8.09	Специальная физическая подготовка. Большая восьмерка.	2	
	10.09	Специальная физическая подготовка. Совершенствование техники передвижения.	2	
	15.09	Броски мяча в прыжке одной рукой с места.	2	
	17.09	Броски мяча двумя руками снизу в движении.	2	
	22.09	Броски мяча в прыжке со средней дистанции.	2	
	24.09	Эстафеты с элементами баскетбола.	2	
	29.09	Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте.	2	
Октябрь	1.10	Передачи мяча двумя руками от груди с шагом вперед.	2	**18**
	6.10	Комбинация №3. Броски с разных точек зала.	2	
	8.10	Передача одной рукой от плеча.	2	
	13.10	Передача одной рукой с шагом вперед.	2	
	15.10	Эстафеты	2	
	20.10	Броски мяча одной рукой в баскетбольный щит с места.	2	
	22.10	Броски мяча двумя руками от груди после ведения и остановки.	2	
	27.10	Воспитание навыков самостоятельных	2	

		занятий		
	29.10	Комбинация №4. Штрафные броски.	2	
Ноябрь	3.11	Вырывание и выбивание мяча.	2	**16**
	5.11	Ловля мяча с отскоком об пол после передачи от партнера.	2	
	10.11	Штрафные броски.	2	
	12.11	Броски мяча со средней дистанции.	2	
	17.11	Броски мяча в прыжке со средней дистанции.	2	
	19.11	Индивидуальная работа с мячом	2	
	24.11	Броски мяча в прыжке с дальней дистанции.	2	
	26.11	Нападение быстрым прорывом	2	
Декабрь	1.12	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	2	**18**
	3.12	Перехват мяча. Командные действия в защите.	2	
	8.12	Нападение быстрым прорывом	2	
	10.12	Общефизическая подготовка	2	
	15.12	Борьба за мяч после отскока от щита.	2	
	17.12	Общефизическая подготовка	2	
	22.12	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Заслон. Опека игрока.	2	
	24.12	Стойка и передвижение игрока	2	
	29.12	Разминка в движении. Передачи мяча в движении в парах.	2	
Январь	12.01	Разминка в движении. Ведение мяча с низким и высоким отскоком.	2	**12**
	14.01	Разминка в движении. Штрафные броски. Учебная игра.	2	
	19.01	Стойка и передвижение игрока	2	
	21.01	Разминка в движении. Штрафные броски с различных точек штрафной зоны. Учебная игра.	2	
	26.01	Стойка и передвижение игрока	2	

	28.01	Разминка в движении. Ведения мяча. Малая восьмерка. Стойки и развороты. Учебная игра.	2	
Февраль	2.02	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Ведение мяча.	2	**14**
	4.02	Выбор способа ловли и передачи мяча. Учебная игра. Ведение мяча.	2	
	9.02	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Передвижения, остановки, развороты.	2	
	11.02	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча.	2	
	16.02	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча двумя руками снизу в движении.	2	
	18.02	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча в прыжке со средней дистанции.	2	
	25.02	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Эстафеты с элементами баскетбола.	2	
Март	2.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра.	2	**18**
	4.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Передачи мяча двумя руками от груди с шагом вперед.	2	

	9.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Комбинация №3. Броски с разных точек зала.	2	
	11.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Передача одной рукой от плеча.	2	
	16.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Передача одной рукой с шагом вперед.	2	
	18.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра.	2	
	23.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча одной рукой в баскетбольный щит с места.	2	
	25.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча двумя руками от груди после ведения и остановки.	2	
	30.03	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра.	2	
Апрель	1.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Комбинация №4. Штрафные броски.	2	**18**
	6.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Вырывание и выбивание мяча.	2	
	8.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Ловля мяча с отскоком об пол после передачи от партнера	2	

	13.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Штрафные броски.	2	
	15.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча со средней дистанции.	2	
	20.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча в прыжке со средней дистанции.	2	
	22.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра.	2	
	27.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Броски мяча в прыжке с дальней дистанции.	2	
	29.04	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Нападение быстрым прорывом	2	
Май	4.05	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Защитные действия при опеке игрока с мячом.	2	**12**
	6.05	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Перехват мяча. Командные действия в защите.	2	
	11.05	Кроссовая подготовка. Работа на тренажерах. Работа на скакалке.	2	
	13.05	Стойка и передвижение игрока Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. Борьба за мяч после отскока от щита.	2	
	18.05	Бег 100м. Штрафные броски. Бег 2000м.	2	

		Броски с 5 точек зала.		
	20.05	Итоговое занятие.	2	
		Итого количество часов в год:	144	

Оценочные и методические материалы:

Методы обучения:

Словесные. К ним относятся рассказ, объяснение, беседа, разбор, задание, указание, распоряжение. Рассказ применяют для пополнения знаний о технико-тактических приёмах, о методике тренировки, при организации игровой деятельности.

Практические. Основываются на активной двигательной деятельности занимающихся. Метод упражнения предусматривает многократное повторение движений, которые помогают овладеть элементом техники игры или целого игрового приёма.

Игровой. Применяется после овладения элементами техники. При изучении взаимодействий между играющими, при совершенствовании технических приёмов используют игры 2Х2, 3Х3, 4Х4 и другие.

Соревновательный. Занимающиеся соревнуются в выполнении одного игрового действия или их комплекса, соблюдая правила игры и установку учителя.

Некоторые технологии, которые используют в учебно-тренировочном процессе по баскетболу*:*

Здоровьесберегающие. Формируют у обучающихся устойчивый интерес и потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом и навыков здорового образа жизни.

Интегрированные. Обучающиеся легко переключаются с одного вида упражнений на другой, видят их взаимосвязь.

Информационно-коммуникационные. Интенсифицируют процесс обучения, повышают мотивацию к занятиям спортом, развивают информационную культуру у учащихся.

Личностно-ориентированного обучения. Развивают интерес к спорту не только у одарённых, но и у тех, кто не отличается особыми способностями в спорте.

Групповая деятельность. Помогает учащимся планировать деятельность, сплачивает коллектив, создаёт в нём психологический комфорт.

Технологии проблемного обучения. Обучающиеся самостоятельно определяют проблему, ставят цели и задачи занятия, могут выбрать способы достижения результата.

Технология разноуровнего обучения. Обеспечивает каждому обучающемуся условия для максимального развития его способностей, склонностей, удовлетворения познавательных интересов, потребностей в процессе освоения содержания образования

Методические материалы:

- Электронные тесты для зачетных занятий по темам;
- «Листок текущих индивидуальных достижений»;
- Анкета для учащихся.

Алгоритмы:

• Алгоритм выполнения штрафного броска

• Краткий алгоритм

• Задания учащимся по работе с алгоритмом выполнения нападающего удара

- Правила техники безопасности

Материалы для педагога:

Памятка по проведению соревнований, выездов, посещений соревнований.

Информационные источники.

Список литературы для педагога:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия, 2004.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс, 2000.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973.
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 1967.
8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И.,Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.
10.Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.
11.Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002.
12.Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1981, 1985.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения. М. АСТ. 2006.
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004.
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002.
6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999.

7. Леонов А.Д. Малый А.А. Баскетбол – книга для учащихся – Киев, Радянська школа, 1989

Интернет-источники:

Правила соревнований по баскетболу.

Правила поведения учащихся на занятиях по баскетболу в целях предупреждения травматизма.

https://yandex.ru/video/preview/11314860773896470312

https://yandex.ru/video/preview/5119296986054441891

https://yandex.ru/video/preview/11599802799043151042

https://yandex.ru/video/preview/6294600616340446802

https://yandex.ru/video/preview/2289110778824215969

https://yandex.ru/video/preview/2382929509292651368

Оценочные материалы:

Способы определения освоения программы:

Текущий контроль (игры, упражнения, тесты выполнения нормативных упражнений, контрольные испытания).

Промежуточный контроль (осуществляется в конце каждого полугодия, фиксируется в диагностической карте).

Итоговый контроль (осуществляется в конце освоения всей программы, фиксируется в диагностической карте).

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования:

– школьные соревнования среди параллелей своих классов;

– участие в муниципальных соревнованиях;

– участие в окружных и городских соревнованиях.

Тестирование и контрольные испытания.

Специальная физическая подготовка баскетболистов

Год обучения	Высота подскока (см)		Бег 20 м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м (мин)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
1 – й год	30	28	4,2	4,5	4 п 15	4 п	1,16	1,20
2 – й год	32	32	4,0	4,3	5 п	4 п 20	1,07	1,15
3 – й год	32	32	4,0	4,3	5 п	4 п 20	1,07	1,15

Техническая подготовка баскетболистов

Год обучения	Передвижения в защитной стойке (с)		Скоростное ведение (с, попадания)		Передача мяча (с, попадания)		Дистанционные броски (%)		Штрафные броски (%)	
	мальчик	девочк	мальчик	девочк	мальчик	девочк	мальчик	девочк	мальчик	девочк

	и	и	и	и	и	и	и	и	и	и
1 – й год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	30	30-
2 – й год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,4	30	30	35	35
3 год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,4	30	30	35	35

Возрастные контрольные испытания

	Контрольные испытания	10-12 лет		13-15 лет	
		юноши	девушки	юноши	девушки
1.	Челночный бег 3 х 10 м (сек.)	8.8	10.0	7.9	9.2
2.	Прыжок в длину с места (см.)	146	137	168	156
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	28	29	30	31
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	15	14	17	16
5.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5		7	
6.	Отжимание в упоре лежа (раз)		10		12

Промежуточная аттестация и итоговый контроль
освоения обучающимися образовательной программы
Диагностическая карта

Коллектив: «Баскетбол»
Педагог: Богачевский И.Н
группа __ год обучения

Критерии оценок освоения образовательной программы, разработанные для промежуточной аттестации.

Для определения уровня освоения образовательной программы разработаны следующие критерии:

Формирование специальной физической подготовки, технические умения и тактическая подготовка. Общая физическая подготовка.

Самоанализ и самосовершенствование. Эмоциональная и психологическая устойчивость. Мотивация к успешной деятельности.

На основе этих критериев выделяется 3 уровня освоения программы ребенком

Низкий уровень (1)

Предметные результаты

Ребенок не знает правила игры. Не умеет выполнять простейшие технические действия. Нет тактических знаний. Не реализует полученные знания и умения в игровой деятельности.

Метапредметные результаты

Ребёнок не может определять наиболее эффективные способы достижения результата, не умеет умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять, не умеет вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Личностные результаты

Нет устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни, уровень дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей не позволяют успешно осваивать программу.

Средний уровень (2)

Предметные результаты

Ребенок знает правила игры. Умеет выполнять простейшие тактико-технические действия. Реализует полученные знания и умения в игровой деятельности.

Метапредметные результаты

Ребёнок определяет наиболее эффективные способы достижения результата, умеет находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять, ведет наблюдение за показателями своего физического развития.

Личностные качества

Есть устойчивый интерес, мотивация к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни, уровень дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей позволяют успешно осваивать программу.

Высокий уровень (3)

Предметные результаты

Ребенок знает правила игры. Умеет выполнять тактико-технические действия согласно возрасту. Реализует полученные знания и умения в игровой деятельности. Знает о физических качествах и правилах их тестирования. выполняет упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом.

Метапредметные результаты

Ребёнок определяет наиболее эффективные способы достижения результата, умеет находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять, ведет наблюдение за показателями своего физического развития, умеет организовать самостоятельные занятия, а также, с группой товарищей

Личностные качества

Есть устойчивый интерес, мотивация к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни, уровень дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей позволяют успешно осваивать программу. Умеет управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывает помощь своим сверстникам.

№ п / п	**Фамилия Имя**	**Предметные**						**Метапредметные**				**Личностные**			
		Специальная физическая подготовка		Техническая подготовка		Тактическая подготовка		Общая физическая подготовка		Самоанализ и самосовершенствование		Эмоциональная и психологическая устойчивость		Мотивация к успешной деятельности	
		д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м