

**Администрация Баганского района Новосибирской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Баганская средняя общеобразовательная школа № 1**

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
«29» августа 2025 г.
протокол №1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 180 от «29» августа 2025 г.

И.о. директора школы

Т.Н. Удалова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивная направленность**

«БАСКЕТБОЛ»

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 8-14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель программы:

Раковский Олег Олегович,

педагог дополнительного образования

с. Баган, 2025 г.

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность данной программы состоит в том, что она определяется запросом со стороны родителей и детей и обусловлена положительным оздоровительным эффектом, образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а также обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Отличительные особенности, новизна программы в том, что любой ребенок в возрасте от 8 до 14 лет, не зависимо от физической подготовленности может ее освоить, укрепить здоровье, улучшить свои физические возможности, приобрести теоретические знания в баскетболе.

Баскетбол позволяет решить проблему занятости детей, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки обучающихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Адресат программы – обучающиеся (мальчики и девочки) в возрасте от 8 до 14 лет.

В возрасте от 8 до 11 лет основная задача педагога научить ребят сплоченности и умению играть в команде. В 8 лет детей уже допускают принимать участия в детских соревнованиях. Поэтому, очень важно научить ребят не только уметь выигрывать, но и принимать поражения. В таком возрасте тренеры начинают расформировывать детские команды и создавать мальчиковые и девчачьи группы. Это делается для того, чтобы девочки и мальчики могли играть в полную силу и при этом не травмировали друг друга. Чаще всего в этот момент формируются постоянные команды, которые будут играть в таком составе и во взрослом возрасте.

Возраст с 12 до 14 лет один из самых важных периодов для каждого будущего профессионального баскетболиста. В эти годы они изучают как правильно составлять свои движения. В это время очень большая

ответственность лежит на педагоге. Его задача – помочь натренировать спортивную технику каждого обучающегося.

Объем программы – 144 часа.

Срок обучения – с 01.09.2025 г. по 31.05.2026 г.

Срок освоения – 1 год.

Язык программы – русский.

Уровень реализации программы – базовый.

Формы обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса – постоянный состав группы – 25 человек. В объединение принимаются обучающиеся имеющие медицинскую справку.

Форма реализации – традиционная.

Организационные формы обучения. Занятия по программе проводятся в соответствии с расписанием с использованием групповой формы организации образовательного процесса по заявлению родителя (законного представителя).

Режим занятий. Общее количество часов в неделю – 4 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия – 45 минут с перерывом 10 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование моральных и волевых качеств обучающихся, укрепление их здоровья через спортивную игру в баскетбол.

Задачи:

Личностные:

- формировать общественно активную личность ребенка;
- воспитать устойчивый интерес и потребности в систематических занятиях спортом;
- воспитывать морально-волевые качества.

Метапредметные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- развивать двигательные способности детей;
- популяризировать участие подрастающего поколения в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Предметные:

- обучить техническим приемам баскетбола;
- дать набор необходимых дополнительных знаний и умений в области игры баскетбол;
- расширить и углубить интерес к игре в баскетбол и к физической культуре в целом.

1.3. Содержание программы**Учебный план**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие.	2	-	2	Наблюдение.
2.	Теоретическая подготовка.	4	-	4	Тест.
3.	Общая физическая подготовка	-	30	30	Наблюдение. Самоконтроль.
4.	Специальная физическая подготовка	-	22	22	Наблюдение. Самоконтроль.
5.	Техническая подготовка.	10	28	38	Педагогическое наблюдение. Самопроверка.
6.	Тактическая подготовка.	8	26	34	Педагогическое наблюдение. Устный опрос. Самопроверка.
7.	Игровая подготовка.	2	10	12	Соревнования. Наблюдение.
8.	Сдача контрольных нормативов.	-	2	2	Итоговый контроль.
Итого		26	118	144	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. История возникновения баскетбола. Гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Оборудование площадки для игры в баскетбол.

Раздел 2. Теоретическая подготовка.

Теория. Основные правила игры: состав команд и функции игроков, игровое время, начало игры и спорный бросок, перерывы в игре и замены игроков, игра мячом и вбрасывания, нарушения в игре, жесты судий.

Раздел 3. Общая физическая подготовка.

Практика. Выполнение упражнений из гимнастики, легкой атлетики, подвижные и спортивные игры. Гимнастические упражнения для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища; для мышц ног и таза. Упражнения без предметов и с предметами (набивные мячи, гантели, скакалки).

Для мышц рук и плечевого пояса. Движения руками в различных плоскостях и направлениях, в различном темпе и в различных исходных положениях, одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и запястных суставах (сгибание и разгибание, отведение и приведение, маховые и круговые движения).

Для мышц туловища. В различных положениях - наклоны вперед, в стороны, назад с различными положениями и движениями руками. В положении лежа на спине - поднимание и опускание туловища.

Для мышц ног и таза. Легкоатлетические упражнения, упражнения в беге, прыжках, метаниях. Бег: 10 м, 20 м, 30 м, 60 м, повторный бег, бег по отрезкам, бег с препятствиями, скоростной бег.

Раздел 4. Специальная физическая подготовка.

Практика.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20 м из различных и.п. (стоя, сидя, лежа) лицом, спиной вперед; бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь; бег за лидером без смены и со сменой направления (с поворотом, зигзагом); бег с остановкой и рывком в любом направлении, многократные прыжки с ноги на ногу, на одной ноге на месте и, продвигаясь вперед, в сторону, назад.

Упражнения для развития скоростных способностей.

Прыжки, выпрыгивания, спрыгивания, подпрыгивания, прыжки по наклонной плоскости, прыжки со скакалкой, прыжки через барьер, прыжки с места вверх. Упражнения с отягощениями (с набивными мячами, ходьба в полуприсяди с набивными мячами, упражнения с мешками, приседания, выпрыгивания, подскоки и прыжки, бег, ускорение с изменением направления), Подвижные игры.

Упражнения для развития общей выносливости.

Беговые, прыжковые, скоростно-силовые, специальные циклические упражнения в режимы высокой интенсивности.

Упражнения для развития ловкости и координационных способностей.

Ловля и передача баскетбольного мяча во время ходьбы, бега, прыжков через гимнастическую скамейку, перепрыгивание через препятствия, во время прыжков, после поворотов, ускорения кувырков. Упражнения с передачей волейбольного мяча. Ловля мячей, летящих из разных направлений, с последующим броском в движущую цель. Комбинированные упражнения. Подвижные игры. Эстафеты с прыжками, рывками, изменением направлением бега.

Раздел 5. Техническая подготовка.

Теория. Особенности выполнения приёмов техники передвижений (стойка, бег, остановки, прыжки, повороты), нападения (ловля и передача, ведение и бросок мяча) и защиты (выбивания и вырывания мяча, перехвата, овладения мячом, отскочившим от щита или корзины). Индивидуальные особенности выполнения приёмов в игре.

Практика. Совершенствование техники передвижений: стойка, бег, остановки, прыжки, повороты. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Совершенствование техники броска и техники ведения мяча. Закрепление и совершенствование техники выбивания и вырывания мяча, разучивание техники перехвата. Закрепление техники овладения мячом, отскочившим от щита или корзины. Ознакомление с техникой накрывания и отбивания.

Раздел 6. Тактическая подготовка.

Теория. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Практика. Закрепление и совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Разучивание и закрепление тактических взаимодействий в парах и в тройках в нападении. Разучивание и

закрепление тактических взаимодействий против взаимодействий в парах и в тройках в защите.

Раздел 7. Игровая подготовка.

Теория. Правила различных подвижных игр, основные принципы соперничества и честной борьбы.

Практика. Подвижные игры с акцентом на развитие физических качеств, подвижные игры с элементами баскетбола, эстафеты, игры с мячом. Подвижные игры с элементами других спортивных игр.

Раздел 8. Сдача контрольных нормативов.

Практика. Выполнение контрольных нормативов технической и физической подготовки. Подведение итогов за учебный год.

1.4. Планируемые результаты

Личностные:

- будет сформирована общественно активная личность ребенка;
- будет воспитан устойчивый интерес и потребность в систематических занятиях спортом;
- будут воспитаны морально-волевые качества.

Метапредметные:

- будет воспитано чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- будут развиты двигательные способности детей;
- обучающиеся будут принимать участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Предметные:

- будут владеть техническими приемами баскетбола;
- будет дан набор необходимых дополнительных знаний и умений в области игры баскетбол;
- будет расширен и углублен интерес к игре в баскетбол и к физической культуре в целом.

РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» составлен календарный учебный график (Приложение № 1).

Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год
Начало учебного года	01.09
Окончание учебного года	31.05
Продолжительность учебного года	36 недель
Режим занятий	2 раза в неделю по 2 часа
Входной контроль	10.09-20.09
Текущий контроль	в течение учебного года по разделам
Промежуточный контроль	20.12.-26.12.2024
Итоговая контроль	28.05.2025
Продолжительность учебных занятий	45 мин.

2.2. Условия реализации программы

Характеристика помещения. Помещение для занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим нормативам и правилам СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Кабинет светлый и располагает возможностью работать группой за общим столом. Оформление кабинета: имеются в наличии инструкции по технике безопасности и правилам поведения, а также рекомендации по соблюдению правильной осанки, комплексы упражнений для снятия напряжения.

Перечень оборудования, инструментов и материала:

- баскетбольные мячи;
- набивные мячи;
- скакалки;
- стойки;
- конусы и фишки;

- ручной или ножной насос, иглы;
- манишки, накидки;
- сетка для баскетбольных колец.

Информационное обеспечение: информация для проведения занятий используется по следующим ссылкам:

1. <https://www.sovsport.ru/articles/814942-metodika-obuchenija-basketbolu>.
2. <http://www.antonovayu.ru/page428/index.html>.
3. <https://studfiles.net/preview/1765493/>.
4. <http://xn--80aqqdgddhbb4i.xn--p1ai/metody-obucheniya-basketbolu/>.

Кадровые условия: программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное образование по специальности «Физическая культура».

2.3. Формы аттестации

Образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает развитие личностных качеств, поэтому в системе диагностики учитываются три группы показателей:

- учебные, фиксирующие предметные результаты, достигнутые в процессе освоения образовательной программы (мониторинг уровня обученности);
- личностные, выражающие изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в объединении.
- метапредметные результаты, раскрывающие формирование коммуникативных, регулятивных и познавательных навыков.

Мониторинг предметных результатов проводится 3 раза в год и позволяет выявить уровень формирования предметных навыков в результате освоения образовательной программы (года обучения). Мониторинг результатов обучения включает в себя 2 основных блока оцениваемых параметров: теоретическую подготовку, практическую подготовку.

Мониторинг личностных и метапредметных результатов освоения программы также проводится в 3 этапа: начало учебного года, за 1 полугодие, в конце учебного года. Мониторинг включает в себя: исследование уровня развития креативных способностей, исследование уровня нравственной воспитанности обучающихся, исследование удовлетворенности обучающихся жизнедеятельностью в объединении.

Текущая диагностика осуществляется на каждом занятии. Делается оценка деятельности обучающегося, и вырабатываются подходы для дальнейшего успешного взаимодействия педагога и обучающегося.

2.4. Оценочные материалы.

Оценочные материалы для мониторинга предметных результатов.

Для проведения мониторинга предметных результатов используются тематические вопросы и задания (Приложение № 2).

Оценочные материалы для мониторинга личностных и метапредметных результатов.

Мониторинг включает в себя:

- исследование уровня развития креативных способностей по методикам А.И. Луку и К. Тэкэксу (Приложение № 3);
- исследование уровня нравственной воспитанности обучающихся (в данной методике в косвенной форме ставится вопрос о ценностях, об установках по отношению к себе и другим);
- исследование удовлетворенности обучающихся жизнедеятельностью.

Результаты исследований заносятся в таблицу (Приложение № 4).

Система оценки:

- 1-3 балла – низкий уровень освоения программы (информационный);
- 4-7 баллов – достаточный уровень освоения программы (репродуктивный);
- 8-10 баллов – высокий уровень освоения программы (творческий).

2.5. Методические материалы

Методы обучения.

Словесные методы создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

В ходе тренировочных занятий широко используются различные практические методы: методы расчлененного и целостного выполнения упражнений, метод строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, и метод круговой тренировки.

Формы организации учебного занятия:

- Фронтальная (занятие в спортивном зале): работа педагога со всеми обучающимися одновременно (рассказ, показ, объяснение и т.п.).
- Групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого занимающегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности)
- Работа в подгруппах: одна из подгрупп на занятии в спортивном зале осваивает новые упражнения, либо занимается практической деятельностью; другая подгруппа (другие подгруппы) выполняют вне спортивного зала (самостоятельные) задания.

Педагогические технологии:

- здоровьесберегающие;
- игровые;
- уровневой дифференциации;
- личностно-ориентированного обучения.

Алгоритм учебного занятия:

- Организационная часть: подготовка места проведения занятий, инвентаря и оборудования, необходимых для занятия. Тема занятия, правила техники безопасности, настрой на учебную работу.
- Теоретическая часть: повторение и объяснение материала. Показ иллюстраций, образцов, учебных пособий, видео, фото показ.
- Практическая часть: выполнение обучающимися задания.
- Подведение итогов занятия: организация построения, самоанализ занятия.

Дидактические материалы. Литература, справочные материалы.

2.6. Рабочая программа воспитания

Цель создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности.

Задачи:

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни.

Направления воспитания:

1. Формирование коммуникативной культуры и раннего профессионального самоопределения.
2. Духовно-нравственное воспитание.
3. Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Участники	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
1	Группа обучающихся по программе «Баскетбол»	Участие в проведении Дня открытых дверей.	1.Привлечь внимания обучающихся и их родителей. 2.Развивать систему отношений в коллективе.	Сентябрь
3	Группа обучающихся по программе «Баскетбол»	Участие в соревнованиях по баскетболу	1.Познакомить обучающихся с технико-тактической стороной игры «со стороны». 2.Коллективно обсудить результаты игр. 3. Способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее.	Октябрь
4	Группа обучающихся по программе «Баскетбол»	Участие в фотоконкурсе «Я за ЗОЖ»	1.Пропагандировать здоровый образ жизни, 2.Обучение к умению самоорганизации. 3.Развивать систему отношений в коллективе.	Ноябрь
5	Группа обучающихся по программе «Баскетбол»	Участие в празднике «Новогодний переполох»	1.Пропаганда здорового образа жизни. 2.Развивать систему отношений в коллективе.	Декабрь
6	Группа	Праздник «23 февраля»	1.Пропаганда здорового	Февраль

	обучающихся по программе «Баскетбол»		образа жизни. 2.Содействие к активной гражданской позиции	
7	Группа обучающихся по программе «Баскетбол»	Участие во Всероссийском субботнике	1.Воспитывать сознательное отношение к труду. 2.Формировать ответственность за себя и других. 3. Развивать систему отношений в коллективе.	Апрель
8	Группа обучающихся по программе «Баскетбол»	Участие в туристическом походе	1.Пропаганда здорового образа жизни. 2. Воспитать сознательное отношение к природе. 3. Развивать систему отношений в коллективе.	Май

Планируемые результаты.

- Будет развита система отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности.
- Будет развито умение самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности.
- Будет сформировано стремление к здоровому образу жизни.

Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением правительства РФ от 31.03.2022 № 678);
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. 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» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
8. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.03.2020 г. № 117 «Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами»;
10. Приказ Министерства просвещения от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем

дополнительного образования детей»;

12. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

13. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

14. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022 №261-ФЗ;

15. Концепция развития креативных индустрий в Новосибирской области (утв. постановлением Правительства НСО от 08.06.2021 № 212-П);

16. Устав МБОУ Баганской СОШ №1

Список литературы для педагога

1. Богданов Г.П. Уроки физической культуры в IV-VI классах: Пособия для учителей, - Москва, «Просвещение», 2004 – 356 с.

2. Гомельский А. Я. Управление командой в баскетболе. М: ФиС, 2002 – 76 с.

3. Давыдов М.А. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 2003 – 412 с.

4. Лях В.И., Мейксон Г.Б. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 – 367 с.

5. Погадаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры. М: ФиС, 2000 -312 с.

6. Яхонтова Е.Р. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 2000 – 115 с.

Список литературы для обучающихся:

1. Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют.//Физкультура в школе, 2005 – 97 с.

2. Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу//Физкультура в школе, 2001 -323 с.

3. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Полынья, 2004. - 111с.

4. Кузнецов В. С., Колодницкий Т. А. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. М: Владос, 2002- 387 с.

5. Лях В.И. Развивая координационные способности. //ФК в школе, 1988 - 323 с.

6. Пилтхолстер Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений, (перевод с англ.) М: ФиС, 1999 – 259 с.

7. Преображенский И. Н., Хазарянц А. А. Баскетбол в школе. М: Просвещение, 2003 – 145 с.

Интернет-ресурсы:

1. Методика обучения баскетболу [Электронный ресурс]//
<https://www.sovsport.ru/articles/814942-metodika-obucheniya-basketbolu>
2. Методика обучения баскетболу [Электронный ресурс]//
<http://xn--80aqqdgddhbb4i.xn--p1ai/metody-obucheniya-basketbolu/>

Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Дата проведения		Содержание	Кол-во часов	Формы контроля	Организация деятельности
	план	факт				
Раздел 1. Вводное занятие (2 ч)						
1 (1)			Техника безопасности на занятиях по баскетболу. История возникновения баскетбола. Гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Оборудование площадки для игры в баскетбол.	2	Входной контроль	В спортивном зале. Самостоятельно.
	Раздел 2. Теоретическая подготовка (4 ч.)					
2 (1)			Основные правила игры: состав команд и функции игроков, игровое время, начало игры и спорный бросок, перерывы в игре и замены игроков, игра мячом и вбрасывания, нарушения в игре, жесты судий.	2	текущий контроль	В спортивном зале. Самостоятельно.
3 (2)			Основные правила игры: игра мячом и вбрасывания, нарушения в игре, жесты судий.	2	текущий контроль	В спортивном зале. Самостоятельно.
Раздел 3. Общая физическая подготовка (30 ч.)						
4 (1)			Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча	2	текущий контроль	В спортивном зале

5 (2)			Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча	2	текущий контроль	В спортивном зале
6 (3)			Основы знаний – Правила личной гигиены спортсмена. Контрольные испытания. Учебная игра. ОФП	2	текущий контроль	В спортивном зале
7 (4)			Основы знаний – Правила личной гигиены спортсмена. Контрольные испытания. Учебная игра. ОФП	2	текущий контроль	В спортивном зале
8 (5)			Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом. Индивидуальные действия при нападении.	2	текущий контроль	В спортивном зале
9 (6)			Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом. Индивидуальные действия при нападении.	2	текущий контроль	В спортивном зале
10 (7)			Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
11 (8)			Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
12 (9)			Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале

13 (10)			Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
14 (11)			Единая спортивная классификация. ОФП. Прыжки толчком с двух ног.	2	текущий контроль	В спортивном зале
15 (12)			Взаимодействие трех игроков «треугольник». Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
16 (13)			Взаимодействие трех игроков «треугольник». Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале

17 (14)			Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Личная и общественная гигиена. ОФП. Закаливание организма спортсмена	2	текущий контроль	В спортивном зале
18(15)			Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Личная и общественная гигиена. ОФП. Закаливание организма спортсмена	2	текущий контроль	В спортивном зале
	Раздел 4. Специальная физическая подготовка (22 ч.) Так же часы в разделе привести в соответствие.					
19 (1)			Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. СФП. Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях	2	текущий контроль	В спортивном зале

20 (2)			Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. СФП. Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях	2	текущий контроль	В спортивном зале
21 (3)			Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов	2	текущий контроль	В спортивном зале
22 (4)			Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов	2	текущий контроль	В спортивном зале
23 (5)			Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
24 (6)			Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
25 (7)			Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	2	текущий контроль	В спортивном зале
26 (8)			Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	2	текущий контроль	В спортивном зале
27 (9)			Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих	2	текущий контроль	В спортивном зале

28 (10)			Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих	2	текущий контроль	В спортивном зале
29 (11)			Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
	Раздел 5. Техническая подготовка (38 ч.)					
30 (1)			Ведение мяча с переводом на другую руку.	2	текущий контроль	В спортивном зале
31 (2)			Ведение мяча с переводом на другую руку.	2	текущий контроль	В спортивном зале
32 (3)			Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	2	текущий контроль	В спортивном зале

33 (4)			Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	2	текущий контроль	В спортивном зале
34 (5)			Переводы мяча под ногой, за спиной, с поворотом.	2	текущий контроль	В спортивном зале
35 (6)			Переводы мяча под ногой, за спиной, с поворотом.	2	текущий контроль	В спортивном зале
36 (7)			Переводы мяча под ногой, за спиной, с поворотом.	2	текущий контроль	В спортивном зале
37 (8)			Переводы мяча под ногой, за спиной, с поворотом.	2	текущий контроль	В спортивном зале
38 (9)			Совершенствование техники ведения мяча. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
39 (10)			Совершенствование техники ведения мяча. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале

40 (11)			Переводы мяча в движение. Переводы мяча с защитником.	2	текущий контроль	В спортивном зале
41 (12)			Переводы мяча в движение. Переводы мяча с защитником.	2	текущий контроль	В спортивном зале
42 (13)			Ведение мяча с двумя защитниками с завершением в кольцо. Игра 1 на 1	2	текущий контроль	В спортивном зале
43 (14)			Ведение мяча с двумя защитниками с завершением в кольцо. Игра 1 на 1	2	текущий контроль	В спортивном зале
44 (15)			Совершенствование техники ведения. Ведение мяча с изменением высоты отскока .Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
45 (16)			Совершенствование техники ведения. Ведение мяча с изменением высоты отскока .Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
46 (17)			Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	2	текущий контроль	В спортивном зале

47 (18)			Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	2	текущий контроль	В спортивном зале
48 (19)			Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Совершенствование техники броска мяча изученными способами. Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
	Раздел 6. Тактическая подготовка (34 ч.)					
49 (1)			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков	2	текущий контроль	В спортивном
50 (2)			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков	2	текущий контроль	В спортивном
51 (3)			Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
52 (4)			Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	2	текущий контроль	В спортивном зале
53 (5)			Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	2	текущий контроль	В спортивном зале
54 (6)			Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	2	текущий контроль	В спортивном зале
55 (7)			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	2	текущий контроль	В спортивном зале
56 (8)			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на	2	текущий контроль	В спортивном зале

			площадке.			
57 (9)			Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	2	текущий контроль	В спортивном зале
58 (10)			Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	2	текущий контроль	В спортивном зале
59 (11)			Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
60 (12)			Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
61 (13)			Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага	2	текущий контроль	В спортивном зале
62 (14)			Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага	2	текущий контроль	В спортивном зале
63 (15)			Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	2	текущий контроль	В спортивном зале
64 (16)			Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	2	текущий контроль	В спортивном зале
65 (17)			Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
Раздел 7. Игровая подготовка (12 ч.)						
66 (1)			Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных)	2	текущий контроль	В спортивном зале
67 (2)			Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных)	2	текущий контроль	В спортивном зале

68 (3)			Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных)	2	текущий контроль	В спортивном зале
69 (4)			Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных)	2	текущий контроль	В спортивном зале
70 (5)			Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
71 (6)			Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). Учебная игра	2	текущий контроль	В спортивном зале
Раздел 8. Сдача контрольных нормативов (2 ч.)						
72 (1)			Выполнение контрольных нормативов технической и физической подготовки. Подведение итогов за учебный год.	2	итоговый контроль	В спортивном зале
			ИТОГО	144		

Тест № 1 «Теоретическая подготовка»

1. Кто придумал игру Баскетбол?
 - А. преподаватель колледжа Джеймс Нейсмит
 - Б. преподаватель физкультуры Смит-колледжа в Нортгемптоне Сендой Беренсон
 - В. преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан Уильям Дж. Морган.
2. День рождение Баскетбола?
 - А. 21 декабря 1892 года
 - Б. 21 ноября 1895 года
 - В. 21 декабря 1891 года
3. Когда и кем были разработаны первые правила женского баскетбола?
 - А. преподаватель колледжа Джеймс Нейсмит
 - Б. преподаватель физкультуры Смит-колледжа в Нортгемптоне Сенда Беренсон
 - В. преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан Уильям Дж. Морган.
4. Организация, объединяющая все национальные баскетбольные федерации, определяющая основные направления развития мирового баскетбола- это
 - А. ФИБА
 - Б. FIVB
 - В. ИГФ

5. Когда и где была основана Международная федерация (любительского) баскетбола?

А. 18—20 апреля 1947 года в Париже

Б. В 1932 году в Женеве

В. В 1928 году в Гааге (Нидерланды)

6. В программе летних Олимпийских игр баскетбол фигурирует с

А. 1932г.

Б. 1928г.

В. 1936г.

7. Когда состоялся первый Чемпионат Мира по баскетболу?

А. 1950г.

Б. 1928г.

В. 1956г.

8. Когда состоялся первый женский Чемпионат Мира по баскетболу?

А. 1953г.

Б. 1968г.

В. 1939г.

9. Женский баскетбол вошел в олимпийскую программу в

А. 1962г.

Б. 1958г.

В. 1976г.

10. Первое упоминание в России в

А. 1909г.

Б. 1901г.

В. 1906г.

11. Дата первого международного матча в России

А. 1909г.

Б. 1918г.

В. 1926г.

12. День рождения Советского баскетбола

А. 25.05.1919г

Б. 05.05.2010

В. 09.05.1945

13. Первые международные правила игры были приняты в

А. 1932г.

Б. 1928г.

В. 1936г.

14. В баскетбол играют две команды

А. по 12 человек, от каждой из которых на площадке одновременно присутствует 5 игроков

Б. по 14 человек, из которых одновременно на площадке могут находиться не более 7, остальные являются запасными.

В. по 14 игроков, на поле во время игры могут находиться 6 игроков.

15. Победителем в баскетболе становится команда, которая

А. по окончании игрового времени набрала большее количество очков.

Б. выиграет три партии.

16. За одно попадание мяча в кольцо может быть засчитано разное количество очков (Составьте буквенноцифровые пары)

А.1 очко 1. штрафной бросок

Б.2 очка 2. бросок из-за трёхочковой линии бросок

В.3 очка 3. со средней или близкой дистанции

17. Игра официально начинается

А. спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих

Б. согласно жеребьёвке судьи перед матчем, правом начало игры

В. После свистка одного из судей

18. Нарушение ведения мяча

А. пронос мяча

Б. пробежка

В. двойное ведение

19. Фол — это

А. когда мяч уходит за пределы игровой площадки

Б. игрок, контролирующий «живой» мяч, совершает перемещение ног сверх ограничений, установленного правилами

В. несоблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением.

20. Виды фолов. Перечислите все виды фолов.

21. Игрок, получивший сколько персональных и/или технических фолов в матче, должен покинуть игровую площадку и не может принимать участие в матче (но при этом ему разрешается остаться на скамейке запасных)?

А. 4

Б. 7

В. 5

22. Для официальных соревнований ФИБА размеры игровой площадки должны быть

А. 18 метров в длину и 9 метров в ширину

Б. 24 метров в длину и 12 метров в ширину

В. 28 метров в длину и 15 метров в ширину

23. Установленная стандартами FIBA для мужских соревнований длина окружности мяча

А. 72,4—73,7

Б. 74,9—78 см

В. 76,4—77,7

24. Установленная стандартами FIBA для женских соревнований длина окружности мяча

А. 76,4—77,7

Б. 72,4—73,7

В. 74,9—78 см

25. Линии, ограничивающие длинные стороны площадки, называются

А. Лицевыми

Б. Центральными

В. Боковыми

26. Линии, ограничивающие короткие стороны площадки называются

А. Лицевыми

Б. Боковыми

В. Центральными

27. Зоной трёхочковых бросков с игры является

А. вся игровая площадка, за исключением области около корзины соперника, ограниченной трёхочковой линией — полукруг радиусом 6,75 м

Б. область около корзины соперника, ограниченная линией — полукругом радиусом 6,75 м

В. ограниченные зоны, расширенные на игровой площадке полукругами с радиусом 1,80 м

28. Напишите название мужского баскетбольного клуба г. Казани.

Тест № 2 . Итоговый контроль

1. Размеры баскетбольной площадки (м):

а) 26Ч14; б) 28Ч15; в) 30Ч16.

2. Высота баскетбольной корзины (см):

а) 300; б) 305; в) 310.

3. Окружность мяча (см):

а) 600 – 650; б) 700 – 730; в) 750 – 780.

4. Вес мяча (г):

а) 600 – 620; б) 650 – 700; в) 600 – 650.

5. Во время игры на площадке может находиться (игроков):

а) 4; б) 5; в) 6.

6. В каком году появился баскетбол как игра:

а) 1819; б) 1899; в) 1891.

7. Кто придумал баскетбол как игру:

а) Д.Формен; б) Д.Фрейзер; в) Д.Нейсмит.

8. Встреча в баскетболе состоит из:

а) двух таймов по 20 минут; б) четырех таймов по 10 минут; в) трех таймов по 15 минут.

9. Какое расстояние от центра корзины до трехочковой линии (м)?

а) 6; б) 6,15; в) 6,25.

10. Игрок нападающей команды не должен находиться в зоне под корзиной более (с):

а) 5; б) 4; в) 3.

11. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде:

а) одно очко; б) два очка; в) три очка.

12. В баскетболе, если мяч заброшен из-за 6 метровой линии засчитывается:

А) 1 очко Б) 2 очка В) 3 очка

13. При каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры по правилам баскетбола:

А) 7; Б) 6; В) 5:

14. Как называется равный счёт по окончании основного времени матча:

а) овертайм; б) фол; в) аут

15. Сколько времени отводится на атаку корзины соперника (с):

а) 15; б) 20; в) 24.

16. Какое максимальное количество времени даётся игроку на выбрасывание мяча:

а) 3 сек. б) 5 сек. в) 10 сек.

17. Техника владения мячом включает в себя следующие приемы:

а) ловлю, остановки, повороты, ведение мяча; б) передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты; в) ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину.

18. Может ли игра закончиться ничейным счетом?

а) Может; б) не может; в) назначается переигровка.

19. Какое количество замен разрешается делать во время игры?

а) максимум 10; б) максимум 20; в) количество замен не ограничено.

20. Сколько времени дается на ввод мяча в игру?

а) 3 секунды; б) 5 секунд; в) 8 секунд.

21. Команде засчитывается поражение из-за нехватки игроков, если во время игры игроков этой команды на площадке оказывается:

а) один; б) два; в) три.

22. Игрок нападающей команды не должен находиться в зоне под корзиной более (с):

а) 5; б) 4; в) 3.

23. При опеке игрока, контролирующего мяч, фактор времени и расстояния:

а) учитывается; б) не учитывается; в) учитывается с оговоркой.

24. Сколько времени отводится на замену игрока (с)?

а) 10; б) 20; в) 30.

25. Диаметр баскетбольной корзины (см):

а) 40; б) 45; в) 50.

Информационная карта освоения обучающимися образовательной программы

Название программы:

Педагог:

Год обучения по программе:

№ п/п	Фамилия, имя	Параметры результативности освоения программы										Результат за год
		1 полугодие					2 полугодие					
		Теория	Практика	Творческая деятельность	Социальнозначимая деятельность	Общая сумма баллов	Теория	Практика	Творческая деятельность	Социальнозначимая деятельность	Общая сумма баллов	
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												

1 балл – низкий уровень
2 балла – средний уровень
3 балла – высокий уровень

1-4 балла – программа в целом освоена на низком уровне
5-10 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне
11-15 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне

Вывод:

Диагностическая карта результативности учебно-воспитательного процесса
Воспитательный компонент

Название программы:

Педагог:

**Год обучения по
программе:**

№ п/п	ФИ	Начало учебного года			Середина учебного года			Конец учебного года		
		Культура поведения	Творческие способности	Активность на занятиях	Культура поведения	Творческие способности	Активность на занятиях	Культура поведения	Творческие способности	Активность на занятиях
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Отметка + или –

Вывод: _____

Приложение № 4

Диагностическая карта результативности учебно-воспитательного процесса
Образовательный компонент

Название программы:

Педагог:

**Год обучения по
программе:**

Группа:

№ п/п	ФИ	Начало учебного года				Середину учебного года				Конец учебного года				Участие в конкурсах, выставках, соревнованиях
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														

12														
13														
14														
15														

Отметка + или –

Вывод: