

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3 города Ершова Саратовской области»

Принята на
Заседании педагогического совета
МОУ «СОШ №3 г.Ершова Саратовской
области»
Протокол № 13 от 19.04.2023

«Утверждаю»
Директор МОУ «СОШ №3 г.Ершова
Саратовской области»
А.В.Широкова
Приказ №140 от 24.04.2023



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся 10-17 лет (юноши)
Срок реализации -1 год

Автор- составитель
Григорьев Алексей Валерьевич
педагог дополнительного образования

Ершов, 2023г

РАЗДЕЛ №1 **«КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»**

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» МОУ «СОШ №3 г. Ершова Саратовской области» разработана в рамках **физкультурно-спортивной направленности** в соответствии с

- «Законом об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- «Правила персонифицированного дополнительного образования в Саратовской области, п.53» (утверждённые приказом Министерства образования Саратовской области от 21.05.2019 г. №1077, с изменениями от 14.02.2020 г., от 12.08.2020 г.)
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства образования и науки РФ от 27 июля 2022 г. №629)
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ «СОШ № 3 г. Ершова Саратовской области»

Так как в течение учебного года возникает непреодолимая сила, или форс-мажор – обстоятельства (эпидемия, карантин, погодные условия и прочее), не позволяющие осуществлять обучение в обычной (очной) форме, программа реализуется с помощью электронных (дистанционных) технологий.

Актуальность:

Физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации школьников. Спорт, в частности в дополнительном образовании, включает учащихся во множество социальных отношений с учениками других классов и возрастов, создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в школьной среде. Школьники приобщаются к здоровому образу жизни, включаются в профилактику асоциального поведения.

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).

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.

Новизна и оригинальность:

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

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает обучающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Игровая обстановка в баскетболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают баскетболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой

самостоятельности.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти **особенности** баскетбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя, на основе вышеперечисленного, у обучающихся поведенческие установки, баскетбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребёнка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Целесообразность создания программы заключается в том, что занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у обучающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Отличительная особенность программы заключается в том, что с введением с 1 сентября 2014 года в образовательных организациях физкультурно-спортивного комплекса «ГТО», который предусматривает сдачу учащимися контрольных нормативов, предусмотрено уделить большее количество учебных часов на совершенствование навыков и умений различных видов техники многоборья, развивая быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость повысить общую физическую подготовку, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности и в других видах спорта. Реализации программы предполагает использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Занятия баскетболом являются общедоступным видом спорта, раскрывающим себя для занимающихся в разнообразии дисциплин, т.е. видов спортивных упражнений: бега, прыжков, бросков мяча, и вовлекающего детей в соревновательную деятельность. Занятия баскетболом способствуют положительному оздоровительному эффекту, высокой работоспособности, развитию волевых качеств личности.

Адресат программы. Данная программа адресована детям 10-17 лет, которые обладают определёнными **возрастными особенностями**. Старший школьный возраст характеризуется продолжением процесса роста и развития, что выражается в относительно спокойном и равномерном его протекании в отдельных органах и системах. Одновременно завершается половое созревание. В этой связи четко проявляются половые и индивидуальные различия, как в строении, так и в функциях организма. В этом возрасте замедляются рост тела в длину и увеличение его размеров в ширину, а также прирост в массе. Различия между юношами и девушками в размерах и формах тела достигают максимума. Юноши перегоняют девушек в росте и массе тела. Мышцы развиваются равномерно и быстро, в связи, с чем увеличивается мышечная масса и растёт сила. В этом возрасте отмечается асимметрия в увеличении силы мышц правой и левой половины тела.

Это предполагает целенаправленное воздействие (с большим уклоном на левую сторону) с целью симметричного развития детей, что необходимо учитывать в обучении движениям при развитии двигательных способностей. В этой связи для отдельных учащихся следует дифференцировать задачи, содержание, темп овладения программным материалом оценку их достижений. Дифференцированный и индивидуальный подход особенно важен для учащихся, имеющих или низкие или высокие результаты.

В 10-17 лет, когда идёт упрочение навыков в технике и тактике и их совершенствование, физическая подготовка создаёт основу для повышения от года к году уровня овладения техникой и тактикой. На этих этапах физическая подготовка, особенно специальная, тесно связана с технической, что позволяет неуклонно повышать уровень технической подготовленности. В 10-17 лет физическая подготовка в основном направлена на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы и специальной выносливости. С возрастом увеличивается мышечная сила.

Ведущую роль в проявлении мышечной силы играет деятельность центральной нервной системы, концентрация в волевых усилиях. Все эти стороны силовых возможностей улучшаются и

совершенствуются в процессе тренировки. Общая силовая подготовленность характеризуется разносторонним развитием мускулатуры, повышенной способностью к проявлению силы в различных режимах, многообразных движениях. В возрасте 10-17 лет уже проявляются благоприятные возможности для целенаправленного развития мышечной силы, в том числе с помощью отягощений. Поэтому широко применяются специальные приспособления, отягощения.

Опорно-двигательный аппарат у старших школьников способен выдерживать значительные статические напряжения и выполнять длительную работу, что обусловлено нервной регуляцией, строением, химическим составом и сократительными свойствами мышц.

Для подготовки баскетболистов особое значение имеют скоростно-силовые качества, основу которых составляет взаимосвязь быстроты и силы. Уровень скоростно-силовых качеств начинает заметно увеличиваться и достигает наибольших показателей к 17 годам, при этом в 15 лет наблюдается своеобразный скачок.

Таким образом, развитие высшей нервной деятельности, двигательных, физических качеств и учёт возрастных и двигательных способностей создаёт благоприятные условия для успешного осуществления занятий в учреждении дополнительного образования.

Наполняемость группы – 12-15 человек.

Условия приёма - наличие допуска врача к занятиям спортивной направленности.

Объем программы: 144 часа.

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий и их продолжительность: занятия по программе проводятся

2 раза в неделю по 2 академических часа по 45 мин с 10-минутным перерывом., что соответствует «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных 04.07.14г. № 41.

Цель программы:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своей страны.

Задачи:

образовательные:

- дать представление о правилах оздоровления организма и способах улучшения самочувствия;
- дать необходимые дополнительные знания и умения в области физической культуры и спорта, а именно командной игры баскетбол;
- обучить подростков техническим и тактическим приёмам баскетбола;
- научить детей правильно регулировать свою физическую нагрузку.

воспитательные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать воспитанию целеустремлённости, воли, уважения к сопернику.

развивающие:

- развивать координацию движений и основные физические качества.
- способствовать повышению работоспособности обучающихся,
- развивать двигательные способности,
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

1.3. Планируемые результаты.

После прохождения учебного материала по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» обучающиеся должны получить следующие результаты...

Предметные:

- сформированы навыки о правилах оздоровления организма и способах улучшения самочувствия;
- получены необходимые дополнительные знания и умения в области физической культуры и спорта, а именно командной игры баскетбол;
- освоены технические и тактические приёмы баскетбола;
- сформированы навыки правильно регулировать свою физическую нагрузку.

уметь:

- применять полученные умения и навыки на практике.

В ходе реализации программы, обучающиеся должны получить следующие результаты...

Личностные:

- сформировано чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- сформирована дисциплинированность, целеустремлённость, воля к победе, уважение к сопернику.

Метапредметные:

- развита координация движений и основные физические качества.
- повышена работоспособность обучающихся,
- развиты двигательные способности,
- сформированы навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

1.4. Содержание программы

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы промежуточной аттестации и контроля |
|---|-----------------------------------|------------------|--------|----------|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Комплектование группы | 1 | | 1 | Диагностические игры |
| 2 | Вводное занятие | 1 | 1 | | Наблюдения |
| 3 | Общая физическая подготовка | 26 | 2 | 24 | Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 34 | 4 | 30 | Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов |
| 5 | Техническая подготовка | 58 | 3 | 55 | Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов |
| 6 | Тактическая подготовка | 12 | 6 | 6 | Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов |
| 7 | Соревнования | 8 | 2 | 6 | Зачётные игры. Судейство игр. |
| 8 | Итоговое занятие | 4 | | 4 | Выполнение контрольных Заданий. |
| | | 144 | 18 | 126 | |

Содержание программы:

1. Вводное занятие. Общие основы баскетбола Теория:

- Физическая культура и спорт в России. Достижения наших команд на мировой арене.
- Правила техники безопасности на тренировках.
- Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.
- Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.
- Гигиенические требования к спортсменам.
- Техника и тактика игры в баскетбол, их взаимосвязь.

2. Общая физическая подготовка

Теория: Опорно-двигательный аппарат и мышечная система. Физическое развитие и самочувствие при

занятиях физическими упражнениями. Физическое развитие и физическая подготовка.

Практика:

- Общеразвивающие упражнения на все группы мышц.
- Упражнения типа «полоса препятствий» с различными заданиями.
- Эстафеты без предметов и с мячами.
- Упражнения для развития силы.
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.
- Упражнения для развития гибкости.
- Упражнения для развития ловкости.
- Развитие прыгучести.
- Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам.

3. Специальная физическая подготовка Теория:

- Какие качества необходимы баскетболисту.
- Координация движений
- Сила кисти и пальцев
- Быстрота

Практика:

- Упражнения для развития быстроты передвижения в баскетбольной стойке. Бег змейкой приставными шагами, спиной вперед. Бег с остановками, поворотами, рывками по свистку. Эстафетный бег с передачами мяча.
- Развитие специальной прыгучести. Прыжки с одной и двух ног с доставанием щита, с места и с разбега, одной и двумя руками. Серийные выпрыгивания из приседа. Эстафеты с прыжками на одной и двух ногах в различных вариантах. Прыжки со скакалкой.
- Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения передач, ловли и бросков.
- Упражнения для развития игровой ловкости. Передачи мяча в стену с последующей ловлей. Чередование передач и ведения на месте и в движении. Комбинированные упражнения из бега, прыжков, ловли, передач, ведения, бросков с предельной интенсивностью.
- Эстафеты и игры с ловлей, передачами и бросками мяча.

4. Техническая подготовка

Теория:

- Стойки игрока: низкая, средняя, высокая - для чего нужна и как выполнять.
- Ведение низкими и средними отскоками, тактика применения.
- Техника передач.
- Техника броска с различных дистанций и после ведения.
- Ловля мяча. Способы.
- Передача мяча. Способы.

Практика:

- Передвижение в стойке баскетболиста с изменением направления и скорости, с работой рук.
- Остановки прыжком и двумя шагами без мяча и с мячом.
- Ловля и передача мяча изученными способами на месте, в движении, парами, тройками с изменением расстояния, скорости, исходных положений.
- Обучение передачам двумя руками сверху, снизу, одной сверху, снизу, на месте, в движении.
- Ведение мяча левой и правой рукой с изменением высоты отскока, направления, скорости, с остановками.
- Сочетания ведения, передач и ловли мяча.
- Броски в кольцо двумя от груди и одной от плеча с места и в движении после двух шагов.
- Обучение броску после ведения, после обводки, после ловли и двух шагов слева, справа и с середины.
- Обучение штрафному броску двумя и одной рукой от плеча.
- Обучение технике броска с места с малой дистанции.

5. Тактическая подготовка

Теория:

- Тактика игры в защите: персональная защита, зонная защита.

Практика:

Нападение

- Розыгрыш мяча игроками команды.

- Организация атаки кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение на партнера своего защитника.

Защита

- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке.
- Подстраховка партнера.
- Проскальзывание.
- Система личной защиты.

6. Игровая подготовка

Теория:

- Правила соревнований.
- Жесты судьи.

Практика:

- Овладение запланированными приемами техники на уровне умений и навыков.
- Овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями.
- Овладение основами тактики командных действий.
- Воспитание навыков соревновательной деятельности по мини-баскетболу.

7. Контрольные и календарные игры

- Контрольные игры на проверку усвоения технических приемов в игровой обстановке.
- Подготовительные учебные двухсторонние игры.
- Товарищеские встречи со сборными командами других классов.
- Итоговые контрольные игры с приглашением родителей

1.5. Формы контроля/аттестации и его периодичность

Для определения уровня освоения содержания данной программы проводятся различные виды контроля: вводный, промежуточный и итоговый.

Вводный контроль проводится в начале учебного года в форме опроса, теста учащихся с целью определения исходного первоначального уровня оценки уровня подготовленности детей, выявления их уровня знаний и умений, физического развития занимающихся..

Промежуточный контроль проводится в конце каждого блока программы в форме опроса, теста, зачёта с целью проверки степени усвоения учащимися учебного материала по итогам прохождения раздела или темы. Эти сведения необходимы для успешного управления процессом обучения в ходе занятий.

Итоговый контроль проводится по окончании срока обучения в форме соревнования с целью определения прогресса у занимающихся. Данные итогового контроля при сопоставлении их с результатами входного контроля позволяют оценить эффективность учебно - воспитательного процесса и внести коррективы на следующий год.

Определение форм контроля:

Опрос - метод сбора информации, способ, позволяющий получать информацию непосредственно с помощью вопросов.

Тест - система формализованных заданий, по результатам выполнения которых можно судить об уровне развития определённых качеств испытуемого, а также о его знаниях, умениях и навыках.

Зачёт - вид проверочного испытания (в спортивных упражнениях и т. п.), а также отметка, удостоверяющая прохождение таких испытаний.

Соревнования - форма деятельности, соперничество за достижение превосходства, лучшего результата (выигрыша, признания и т. п.)

Степень усвоения учебной программы оценивается по результатам контрольных нормативов выполнения различных упражнений по общей и специальной физической подготовке.

Формы фиксации результатов

| | | |
|---|--|--|
| Спектр способов и форм выявления результатов | Спектр способов и форм фиксации результатов | Спектр способов и форм предъявления результатов |
|---|--|--|

| | | |
|---|--|---|
| Тестирование, беседа, опрос, педагогическое наблюдение, контрольные занятия, итоговое тестирование, соревнования. | Грамоты, дипломы, тестирование, протокол соревнований. | Итоговое занятие, соревнование. (очно/дистанционно) |
|---|--|---|

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1.Методические обеспечение

Образовательный процесс по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» реализуется **в очной форме с использованием электронных (дистанционных) технологий.**

Основными **формами организации образовательного процесса** являются: групповая, индивидуально-групповая. **Формы занятий:** учебно-тренировочная, соревнование, игры, , электронная (дистанционная).

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.

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

Приемы:соревнование (просмотр и анализ учебных кинофильмов видеозаписей, просмотр и обсуждение соревнований), презентации демонстрация, работа в дистанционной оболочке всервисах: Zoom

Методы. метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях;

метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей;

метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Педагогические технологии:

| № | 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 |
| 3 | Здоровьесберегающая 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) |
|---|--------------------------------------|---|

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий является спортивный зал с баскетбольной разметкой площадки, а так же наличие спортивного инвентаря:

- набивные мячи - на каждого обучающегося;
- баскетбольное кольцо – 6 шт
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- гимнастические маты – 3 шт.;
- баскетбольные мячи - 10 шт.;
- стойки для обводки – 10 шт.;
- скакалки – 15 шт.

Спортивные снаряды:

- турник– 5-6 штук;
- гимнастическая стенка – 9 пролетов.

Информационное обеспечение

- Для успешной реализации программы используются: мультимедийные проекторы, экраны, ноутбуки с выходом в Интернет, образовательная программа, методическая литература;

-сайт «МОУ СОШ № 3 г. Ершов» <https://school-ershov.eduobr.ru/>

-e-mail: ershovschool3@yandex.ru

- Интернет-ресурсы:

- www.lseptembter.ru –Издательский дом «Первое сентября»;
- www.edu.ru –Федеральный портал «Российское образование»;
- www.km.ru- Образовательные сайты компании «Кирилл и Мефодий»;
- www.college.ru –«Открытый колледж»-сайт дистанционного обучения школьников;
- <http://new.teacher.fio.ru/> -Сайт «Учитель.RU»;
- <https://russiabasket.ru/> - Российская федерация баскетбола
-

Дидактические и методические материалы

| № | Название раздела | Форма организации и проведения занятия | Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса | Дидактический материал, техническое оснащение занятий | Вид и форма контроля, форма предъявления результата |
|---|---|--|--|--|--|
| 1 | Общие основы баскетбола | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная | Словесный, объяснение, рассказ, беседа, практические задания, объяснение нового материала. | Конспекты занятий. Специальная литература, справочные материалы, плакаты. Правила судейства. | Опрос, наблюдение |
| 2 | Общефизическая подготовка баскетболиста | Групповая, подгрупповая, фронтальная | Словесный, показ, упражнения в парах, тренировка | Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающегося. Картотека упражнений по баскетболу | Тестирование, положение о соревнованиях по баскетболу, карточки судьи, |

| | | | | | | |
|---|--|---|---|--|---|---|
| | | | | | протоколы. | Таблица критериев сформированности ожидаемых результатов |
| 3 | Специальная физическая подготовка | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, в парах, коллективно-групповая. | Словесный, объяснение нового материала, рассказ, упражнения в парах, тренировки, показ. | Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего. Инструкции по охране труда. | Зачет, тестирование, учебная игра | |
| 4 | Техническая и тактическая подготовка баскетболиста | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, под-групповая, коллективно-групповая, работа в парах | Словесный, объяснение, беседа, упражнения в парах, тренировка, наглядный показ, игра. | Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего. Терминология. Схемы и плакаты технических приемов в баскетбол | Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование | |
| 5 | Игровая подготовка | Групповая, подгрупповая, коллективно-групповая | Упражнения в парах, тренировка, игра. | Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи | Контрольная игра, соревнование | |
| | | | | | | |

Мониторинг личностного развития обучающегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол».

Кадровое обеспечение

Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования 1 – ой квалификационной категории, имеющим высшее педагогическое образование и соответствующую программе подготовку.

2.3.Календарный учебный график.

| № | Месяц | Число | Время | Форма занятия | Кол-во часов | Раздел/тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
|----|-------|-------|-------|-------------------------------|--------------|---|--|--|
| 1. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Вводное занятие. Беседа по технике безопасности № 1. Подвижные игры с элементами баскетбола | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Тестирование Очно/дистанционно |
| 2. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Сдача контрольных нормативов по ОФП. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /Онлайн-зачет-обсуждение |
| 3. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/онлайн показ-отчет |
| 4. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения для развития ловкости | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование //онлайн показ-отчет |
| 5. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника ведения мяча. Подвижные игры. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 6. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения для развития ловкости. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 7. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника ведения мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/онлайн показ-отчет |
| 8. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 9. | | | | Спортивная | 2 | Техническая подготовка. Ловля и | СОШ №3, спорт зал | Контрольная |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|---|--|--|--------------------------------------|
| | | | | игра/дистанционная | | передачи мяча. | https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | игра |
| 10. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Броски в корзину. Подвижные игры. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 11. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения для шеи и туловища. Техническая подготовка. Броски в корзину | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 12. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 13. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Броски в корзину. Подвижные игры. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 14. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Тактическая подготовка. Основы тактики игры и тактическая подготовка. Взаимодействия игроков. Тактика нападения. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 15. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Выход для получения мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 16. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Тактическая подготовка. Взаимодействия игроков. Тактика защиты. Противодействие получению мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 17. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Стойки баскетболиста, передвижения и перемещения. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 18. | | | | Спортивная | 2 | Специальная физическая подготовка. Бег | СОШ №3, спорт зал | Соревнование |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|---|---|--|--------------------------------------|
| | | | | игра/дистанционная | | с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала. | https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | /онлайн показ-отчет |
| 19. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Совершенствование бросков в корзину. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 20. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 21. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Ловля и передачи мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 22. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах приседания. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 23. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Баскетбол без ведения. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 24. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Ловля и передача баскетбольного мяча во время ходьбы, бега, прыжков через гимнастическую скамейку. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 25. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития специфической координации. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 26. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 27. | | | | Спортивная | 2 | Специальная физическая подготовка. | СОШ №3, спорт зал | Контрольная |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|---|--|--|--------------------------------------|
| | | | | игра/дистанционная | | Комбинированные упражнения с баскетбольным мячом. | https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | игра/ онлайн показ-отчет |
| 28. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника ведения мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 29. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Комбинированные упражнения с баскетбольным мячом. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 30. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Ведение мяча с изменением направления движения. Подвижные игры. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра |
| 31. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Комбинированные упражнения с баскетбольным мячом. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра |
| 32. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Бросок мяча в корзину двумя руками после ловли мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра |
| 33. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Комбинированные упражнения с баскетбольным мячом. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Тестирование /онлайн зачет |
| 34. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Бросок мяча в корзину одной рукой после ловли мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 35. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Упражнения со скакалкой. Прыжки в длину с места. Беседа по технике безопасности №2. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|---|--|--|----------------------------------|
| 36. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Бросок мяча в корзину одной рукой и двумя руками после ловли мяча. Учебная игра. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 37. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения с набивными мячами - приседания, выпады, прыжки, подскоки. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 38. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Закрепление техники броска мяча в корзину, учебная игра. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 39. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения с набивными мячами. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра |
| 40. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Закрепление техники броска мяча в корзину, учебная игра | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 41. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра |
| 42. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника ведения мяча. Подвижные игры. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 43. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 44. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка Закрепление техники ведения мяча. Подвижные игры. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |

| | | | | | | | |
|-----|--|--|-------------------------------|---|--|--|--------------------------------------|
| 45. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения с отягощениями. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 46. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Ловля и передачи мяча Учебная игра. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 47. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Одиночные и серийные прыжки, толчком двумя и одной ногой (правой, левой). | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 48. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Закрепление техники ловли и передачи мяча. Учебная игра. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 49. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Соревнования. Правила соревнований, их организация. Знакомство с жестами судей. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 50. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Тактическая подготовка. Взаимодействия игроков. Тактика защиты. Система личной защиты. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 51. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения на гимнастической скамейке. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 52. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Техническая подготовка. Ловля и добивание мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 53. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Сдача контрольных нормативов по технической подготовке. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |

| | | | | | | | |
|-----|--|--|-------------------------------|---|---|--|--------------------------------------|
| 54. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Тактическая подготовка. Обучение игровой деятельности. Тактика нападения (наведение). | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 55. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Тактическая подготовка. Тактика защиты (подстраховка). | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 56. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Учебная игра. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 57. | | | | 2 | Соревнования. Товарищеская встреча. | | |
| 58. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Скоростные силовые упражнения, беговые и прыжковые упражнения. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 59. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Тактическая подготовка. Тактика нападения (пересечение.) | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра |
| 60. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития специфической координации. Упражнения для развития игровой ловкости. | | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 61. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития специфической координации. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 62. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Закрепление техники ловли и передачи мяча. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 63. | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнение «полоса препятствий». | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| 64. | | | Спортивная | 2 | Техническая подготовка. Закрепление | СОШ №3, спорт зал | Контрольная |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|-------------------------------|------------|---|--|--|
| | | | | игра/дистанционная | | техники ведения мяча. Учебная игра. | https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | игра/ онлайн показ-отчет |
| 65. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Метание малого мяча с места в стену или щит на дальность. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 66. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Закрепление техника броскам в движении после ловли мяча. Учебная игра. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 67. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения с набивными мячами - приседания, выпады, прыжки, подскоки. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 68. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Техническая подготовка. Техника броска в прыжке с места. | | Соревнование /онлайн показ-отчет |
| 69. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Общая физическая подготовка. Упражнения со скакалкой. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Соревнование / онлайн показ-отчет |
| 70. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Соревнования. Товарищеская встреча. | | Соревнование / онлайн показ-отчет |
| 71. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов по ОФП. Броски в кольцо, ведение мяча, передачи мяча. Штрафной бросок. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольный зачет игра/ онлайн показ-отчет |
| 72. | | | | Спортивная игра/дистанционная | 2 | Итоговое занятие. Подведение спортивных итогов учащихся. | СОШ №3, спорт зал https://skyteach.ru/2019/01/14/zoom-platforma-dlya-provedeniya-onlajn-zanyatij/ | Контрольная игра/ онлайн показ-отчет |
| | | | | Итого | 144 | | | |

2.4. Оценочные материалы.

Основным показателем результативности и эффективности реализации программы является выполнение в конце учебного года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности и физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Оценочные материалы

Входной контроль проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения способностей.

Формы контроля:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

Формы фиксации – дневник наблюдений.

Диагностика уровня физического развития и физической подготовленности учащихся. С помощью тестовых заданий:

Бег 30 м.

Прыжок в длину с места.

Сед из положения лёжа за 30 сек.

Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.

Челночный бег. 3 по 10 м.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы контроля:

- педагогическое наблюдение;
- тестовые упражнения;
- практические упражнения;

Формы фиксации: дневник наблюдений.

Промежуточный контроль предусмотрен два раза в год (декабрь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы контроля:

- практическое задание;
- соревнования;
- игры.

Формы фиксации результатов:

Информационная карта.

Критерии оценки:

- 1 - низкий уровень достижений;
- 2 - средний уровень достижений;
- 3 - высокий уровень достижений.

Общезначительная подготовка.

Прыжок в длину с места.

Тройной прыжок с места.

Челночный бег 3 по 10 м.

Бег 10 кругов по 50 м в зале.

Специальная техническая подготовка.

По первому году обучения:

Передвижение в защитной стойке на время.

Ведение баскетбольного мяча на время.

Передача двух баскетбольных мячей в стену друг за другом за 30 секунд, от стены мяч ударяется в пол и отскакивает в руки.

Бросок в кольцо из-под щита на количество попаданий за 30 секунд.

Бросок в кольцо со средней дистанции 5 попыток.

Итоговый контроль проводится в мае.

Формы контроля:

- практическое задание;
- соревнования;
- игры.

Формы фиксации результатов-дневник наблюдений.

Критерии оценки:

- 1 - низкий уровень достижений;
- 2 - средний уровень достижений;
- 3 - высокий уровень достижений.

Общезначительная подготовка.

Прыжок в длину с места.

Тройной прыжок с места.

Челночный бег 3 по 10 м.

Бег 10 кругов по 50 м в зале.

Специальная техническая подготовка.

Передвижение в защитной стойке на время.

Ведение баскетбольного мяча на время.

Передача двух баскетбольных мячей в стену друг за другом за 30 секунд, от стены мяч ударяется в пол и отскакивает в руки.

Бросок в кольцо из-под щита на количество попаданий за 30 секунд.

Бросок в кольцо со средней дистанции 5 попыток.

2.5. Список литературы.

Литература для педагога

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. - М: Советский спорт, 2004
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. - М: Советский спорт, 1997г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов . - М: ФиС, 1972.
4. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов. - Минск, 1970.
5. Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения - Изд.2-е- М.: Физкультура и спорт, 2002, 136 с.
6. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., Физическая культура. Упражнения и игры с мячами. - М: Издательство НЦ Энас, 2004, 136 с.
7. Линдеберг Ф. Баскетбол - игра и обучение. - М: ФиС, 1972
8. Настольная книга учителя физической культуры, Г.И. Погадаев, ФиС. - М: Медгиз,1998, 496 с.
9. Нестеровский Д.И., Баскетбол. Теория и методика обучения. - М: Академия, 2004, 336 с.
10. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений - М., ФиС, 1973
11. Садыкова С.Л. Лебедева Е.И. Физическая культура 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. - М.:, Изд. «Учитель», 2007
12. Спортивная медицина, В.В.Васильева и др. - М.,: Медгиз, 1957, 376 с.
13. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе/ авт.-сост. Белоножкина О.В. и др. - Волгоград:Учитель, 2006, 173 с.
14. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов. - М: ФиС, 1967
15. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. - Самара 2002
16. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста - М: ФиС, 1985

Литература для учащихся:

1. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. - М: Советский спорт, 1997г.
2. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов . - М: ФиС, 1972.
3. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов. - М: ФиС, 1967
4. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста - М: ФиС, 1985