

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 505 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ гимназия № 505)**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ гимназии № 505
Санкт-Петербурга
(протокол от 29.08.2025 № 1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБОУ гимназии № 505
Санкт-Петербурга
от 29.08.2025 № 263 - од

**Дополнительная
общеразвивающая программа
«Баскетбол»**

Возраст учащихся: 11-18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
учитель физической культуры
Огинский Э.О.

СОГЛАСОВАНА
Заведующий ОДОД
Кузнецов С.В.
18.06.2025

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – Программа) составлена на основании Положения о дополнительной общеразвивающей программе ГБОУ гимназия № 505 (далее – Положение).

Основные характеристики программы.

Направленность. физкультурно-спортивная

Актуальность программы:

Для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в объединении, объединения способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Баскетбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Отличительные особенности Программы:

Уменьшается объём общей физической подготовки и увеличивается объём тактической подготовки. Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучающихся 11-18 лет. Для обучения по программе обязательен медицинский допуск.

Уровень освоения – Общекультурный

Срок и объем реализации программы: Объем и сроки определяются на основании уровня освоения и содержания программы, а также с учетом возрастных особенностей учащихся и Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва "Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Данная программа рассчитана на 1 учебный год и реализуется за 72 учебных часа, с периодичностью 1 раз в неделю по 2 академических часа

Целью программы является: Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий баскетболом.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить обучающихся с видом спорта баскетбол, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения

соревнований;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат;
 - способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся, укреплять здоровье, закалять организм;
 - целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества.
- Расширение спортивного кругозора.

3. Воспитательные:

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

Планируемые результаты:

В ходе обучения оценивается динамика освоения программы каждым ребенком индивидуально и всей группы в целом. К концу обучения обучающиеся должны:

Предметные результаты:

- основы знаний о здоровом образе жизни
- историю развития вида спорта «баскетбол» в стране
- правила игры в баскетбол
- тактические приемы в баскетболе

Метапредметные результаты:

Коммуникативные:

- уметь работать на командную цель, устанавливать рабочие отношения, сохраняя доброжелательный микроклимат;
- демонстрировать целеустремленность, ответственность и дисциплину, навык работы в группе;

Регулятивные:

- овладеть основными техническими приемами баскетболиста
- проводить судейство матча
- проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр

Познавательные:

- уметь рассказать и показать технику выполняемых упражнений;
- уметь рассказать правила избранной спортивной игры.

Личностные результаты:

- демонстрировать мотивацию к изучению нового;
- демонстрировать эмоционально-нравственную отзывчивость;
- демонстрировать эмоциональную устойчивость;
- демонстрировать самостоятельность и личную ответственность

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Язык реализации

Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации (далее – РФ) русском.

Форма обучения

Форма обучения - очная.

Очное обучение предполагает изучение материала непосредственно в учебном заведении.

Контроль со стороны и здоровая конкуренция в коллективе стимулируют к более усердной работе.

Условия набора в коллектив

Для обучения набираются все желающие 11-18 лет на основании письменного заявления родителей (законных представителей ребенка), желающие заниматься баскетболом, не имеющие ограничений по здоровью.

Условия формирования групп

Группы обучения разновозрастные. Прием в группы осуществляется на свободной основе.

Количество детей в группе:

группа 1-го года обучения – 15 детей;

Условия приема и формирования группы: к обучению приглашаются все желающие дети в возрасте 11-18 лет, имеющие медицинский допуск, на основании заявления родителей (законных представителей) 15 человек в группе.

Форма и режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Материально-техническое обеспечение программы:

- спортивный зал
- специализированное спортивное оборудование

Кадровое обеспечение: Реализация программы осуществляется педагогическими работниками, имеющими высшее или среднее педагогическое образование, владеющие основами образовательной деятельности по представленной рабочей программе в соответствии с указанным направлением, умеющие видеть индивидуальные возможности и способности воспитанников, направляя их к реализации этих возможностей

**Учебный план общеразвивающей программы
«Баскетбол»**

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Теоретические занятия	4	4	-	Тестирование
	Вводное занятие. Техника безопасности	4	4	-	
2	Практические занятия	58	-	58	Тестирование
	Общепфизические упражнения. Специально-физические упражнения. Учебные игры	58	-	58	
	Судейство и соревнования	8	-	8	Тестирование
	Выполнение контрольных нормативов и соревнования	8	-	8	Тестирование
3	Итоговое занятие	2	-	2	Соревнования
	Итого:	72	4	68	

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 505
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ гимназия № 505)**

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора ГБОУ
гимназии № 505
от 29.08.2025 № 263-од

Календарный учебный график
Реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Баскетбол»

Год обучения	Дата обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2025-2026 Группа №1	01.09.2025	25.05.2026	36	36	72	1 раза в неделю по 2 часа

Режим работы в период школьных каникул

Занятия проводятся по расписанию или утвержденному временному расписанию, составленному на период каникул, в форме работы творческих групп и сборных творческих групп.

Рабочая программа

дополнительной общеразвивающей программы
«Баскетбол»

Целью программы является: Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий баскетболом.

Задачи Программы:

Обучающие задачи:

- обучить детей техническим приемам баскетбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- обучить детей техническим и тактическим приёмам баскетбола;
- научить правильно, регулировать свою физическую нагрузку

Оздоровительные задачи:

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

Воспитательные задачи:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- формировать нормативное поведение, дисциплинированность;
- ответственное отношение к деятельности

Планируемые результаты:

Предметные:

- формирование навыков игры в баскетбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.
- усвоят, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- поймут, как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- изучат правила игры в баскетбол;
- усвоят правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- усвоят правила проведения соревнований;
- научатся проводить специальную разминку для баскетболиста
- овладеют основами техники баскетбола;
- овладеют основами судейства в баскетболе, вести счет.

Метапредметные: формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.
- самостоятельность в работе над собой (отработка движений, умение вести себя в общественных местах)
- заинтересованное отношение к образовательному процессу.
- воспитать целеустремленность, аккуратность и ответственность
- стремление к повышению своего культурного уровня (посещение театров и музеев).

Личностные:

- сформировать стремления к самосовершенствованию.
- сформированность таких качеств как трудолюбие, аккуратность, ответственность.
- приучить к дисциплине, доброжелательному отношению к товарищам
- развитие положительных личностных качеств, учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Содержание образовательной программы

1. Теоретические знания

Теория: Инструктаж учащихся по ТБ, правила поведения в спортивном зале, в раздевалках, душевых, оказание первой помощи и т.д. Предупреждение несчастных случаев.

2. Практические занятия

Практика: Курс обучения разбит на два этапа, основной задачей каждого из которых является:

- обучение занимающихся техническим средствам игры в баскетбол;
- обучению занимающихся тактическим действиям

В программу по баскетболу входят следующие типы:

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.
- Формы контроля в теоретических и практических занятиях – зачет после освоения

тем.

3. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие, игра в баскетбол.

Форма контроля: соревнование.

Содержание практической части занятий по баскетболу:

Раздел 1. Общая физическая подготовка.

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах.

Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка.

Нападение

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера. Защита
- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке кольца.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

Раздел 3. Техническая подготовка

Обучение передвижению в стойке баскетболиста.

- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.

- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.

Раздел 4. Тактическая подготовка

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратить внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Раздел 5. Интегральная подготовка.

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Раздел 6. Соревнования.

Теория: 4. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных баскетболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Практика: Участие в внутри школьных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Раздел 7. Итоговое занятие.

Теория: Знание правил игры в баскетбол.

Практика: Сдача контрольных нормативов по ОФП. Сдача контрольных нормативов по технике игры в баскетбол.

Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Баскетбол» на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Тема / содержание занятия	Количество часов	Примечание
1	Вводное занятие. План работы кружка. Правила поведения и ТБ на занятиях по баскетболу, охрана труда. Состояние и развития баскетбола в России. Гигиенические требования к занимающимся.	1	Теория, практика
2	Профилактика заболеваемости и профилактика травматизма.	1	Теория, практика
3	1. Техника передвижения Техника передвижения игрока по баскетбольной площадке	1	Практика
4	Прыжки толчком двух и одной ног. Остановка прыжком и двумя ногами. Повороты вперед и назад.	1	Практика
5	Передвижение с максимальной скоростью в зону соперника и обратно	1	Практика
6	2. Техника ловли мяча Ловля мяча одной и двумя руками	1	Практика
7	Ловля мяча одной и двумя руками в движении	1	Практика
8	Ловля мяча при поступательном движении. При движении с боку, при встречном движении	1	Практика
9	3. Техника передачи мяча Передача мяча от груди, от пола, сверху	1	Практика
10	Передача мяча одной и двумя руками сверху, снизу с отскоком от пола	1	Практика
11	Передача мяча в движении с боку, из-за головы	1	Практика
12	Передача мяча по коридорам с заданием	1	Практика
13	4. Техника ведения мяча Ведение мяча с высоким и низким отскоком от пола на месте	1	Практика
14	Ведение мяча с высоким и низким отскоком с перемещением	1	Практика
15	Ведение мяча в движении по кругу, по дуге и зигзагом	1	Практика
16	Ведение мяча по заданию	1	Практика

17	Ведение правой и левой рукой с перемещениями по плоскостям	1	Практика
18	Ведение правой и левой рукой на протяжении всего прохода по площадке	1	Практика
19	5. Техника обводки соперника Обводка соперника с изменением высоты отскока	1	Практика
20	Обводка соперника с переводом мяча с руки на руку	1	Практика
21	Обводка соперника в движении с разворотом	1	Практика
22	Основные финты обводки соперника	1	Практика
23	Обводка соперника по заданию	1	Практика
24	6. Техника бросков мяча Броски в корзину двумя руками сверху, от груди, снизу	1	Практика
25	Добивание мяча с отскоком от щита и места, в движении	1	Практика
26	Броски в корзину по прямой линии и по углам	1	Практика
27	Броски в корзину одной рукой от плеча	1	Практика
28	Контрольные броски в корзину	1	Практика
29	1. Тактика игры в защите Противодействие получению мяча	1	Практика
30	Противодействие выходу на свободное место	1	Практика
31	Противодействие розыгрышу мяча	1	Практика
32	Противодействие атаки корзины	1	Практика
33	Групповой отбор мяча	1	Практика
34	Система зонной защиты	1	Практика
35	Система личного прессинга	1	Практика
36	Игра в большинстве, в меньшинстве	1	Практика
37	Тактика защиты двойного заслона	1	Практика
38	2. Тактика игры в нападении Выход для получения и овладения мячом	1	Теория, практика
39	Розыгрыш мяча	1	Практика

40	Сдвоенный заслон	1	Практика
41	Система быстрого прорыва	1	Практика
42	Система нападения через центрального	1	Практика
43	Игра в большинстве, в меньшинстве	1	Практика
44	Система эшелонированного прорыва	1	Практика
45	Система нападения без центрального	1	Практика
46	Атака корзины по прямой, по углам, зигзагом	1	Практика
47	1. Упражнения для развития силы и быстроты Упражнения с преодолением собственного веса	1	Практика
48	Упражнения с набивными мячами	1	Практика
49	Бег на средние дистанции, челночный бег, бег с максимальной скоростью	1	Практика
50	2. Упражнения для развития гибкости и скоростно -силовых качеств Гимнастические упражнения	1	Практика
51	Упражнения на растяжку	1	Практика
52	Прыжки в высоту, в длину с места, с ноги на ногу	1	Практика
53	3. Упражнения для развития общей выносливости Бег равномерный на 1000м	1	Практика
54	Бег переменный на 500м и 800м	1	Практика
55	Бег на время	1	Практика
56	4. Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести Бег с максимальной частотой шагов	1	Практика
57	Бег на короткие отрезки с прыжками	1	Практика
58	5. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска Перемещение в упоре лежа на руках	1	Практика
59	Упражнение для кистей рук	1	Практика
60	Метание мячей различного веса	1	Практика

61	6. Упражнение для развития игровой ловкости Подбрасывания и ловля мяча с разными вариантами	1	Практика
62	Перемещение партнеров с вариантами передач и ловли	1	Практика
63	7. Упражнения для развития специальной выносливости Многократные упражнения в беге, прыжках	1	Практика
64	Круговая тренировка	1	Практика
65	8. Упражнения на координацию движений Упражнения на баланс, сохранение равновесия в разных условиях	1	Практика
66	Тренировочные игры с заданием	1	Практика
67	Тренировочные игры без задания	1	Практика
68	Тренировочная игра	1	Практика
69	Тренировочная игра	1	Практика
70	Тренировочная игра	1	Практика
71	Тренировочная игра. Подведение итогов	1	Практика
72	Тренировочные игры с заданием	1	Практика
	Всего часов	72	

Рабочая программа воспитания

№ п/п	Название мероприятия	Сроки
1.	Беседа: «Техника безопасности на занятиях»	сентябрь
2.	Профилактическая беседа на тему: «Здоровый образ жизни залог успеха»	октябрь
3.	Тематическое занятие: «На пути к успеху в спортивной карьере»	ноябрь
4.	Профилактическая беседа на тему: «Как спорт влияет на организм»	декабрь
5.	Тематическое занятие: «От простого к сложному»	апрель
6.	Турнир по баскетболу с родителями	май

План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки
1.	Родительское собрание: Условия и режим работы. Планы мероприятий на 1 полугодие	сентябрь
2.	Информирование о деятельности: «Ярмарка вакансий» - презентация спортивного объединения	сентябрь
3.	Индивидуальное консультирование родителей	в течение года
4.	Родительское собрание: Итоги работы 1 полугодия Планы мероприятий на 2 полугодие	январь
5.	Совместное выездное мероприятие	март
6.	Открытое занятие для родителей	май
7.	Информирование общественности о деятельности объединения	В течение года

Оценочные и методические материалы **Формы и методы обучающего процесса**

Обучение детей происходит в форме групповых занятий. Теоретический материал усваивается в процессе объяснения элементов тренировочных упражнений, разбора правильной силовой нагрузки на группы мышц. Существующая последовательность исполнения элементов тренировочных упражнений способствует усвоению профессиональной терминологии.

Приобретение практических навыков напрямую связаны с трудоспособностью детей и их физической выносливостью, что непременно учитывается при проведении занятий.

Построение занятий предполагается на основе педагогических технологий активизации деятельности учащихся путем создания проблемных ситуаций, разноуровневого и развивающего обучения, индивидуальных и групповых способов обучения.

Форма оценки результативности

Программа предусматривает использование следующих форм работы:

Фронтальной, индивидуально - самостоятельная работа с мячом (другим инвентарем) обучающихся с оказанием учителем помощи, учащимся при возникновении затруднения, не уменьшая активности учеников и содействуя выработки навыков самостоятельной работы.

Групповой - когда учащимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимодействия в команде во время игры, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном игровом моменте. Всё это способствует более быстрому и качественному выполнению задания.

Методика и организация учебно-воспитательного процесса

Методика и организация учебно-воспитательного процесса проводится с учетом психофизических и возрастных особенностей развития ребенка.

Основными принципами обучения являются – от простого к сложному, системность, последовательность, доступность.

Обучение строится на взаимодействии видов деятельности – подражательной, познавательной, коммуникативной, ценностно-ориентированной, творческой.

Занятие должно проходить в атмосфере конструктивного взаимодействия, должен присутствовать постоянный анализ собственной деятельности, учащиеся постоянно должны получать консультации преподавателя.

Занятия должны строиться с учетом индивидуальных физических особенностей развития каждого ученика.

Различная начальная подготовленность участников кружка требует четкого дифференцированного подхода к итогам их работы. Поэтому успешная деятельность начинающих заслуживает одобрения так же, как и успехи учащихся уже имеющих навыков.

Диагностика образовательного процесса

Оценочные материалы — перечень диагностических методик и материалов, позволяющих определить уровень освоения учащимися программы, достижения детей, а также система контроля результативности обучения с указанием форм и средств выявления, фиксации и предъявления результатов обучения, их

периодичности;

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводится: входной и итоговый контроль.

Входной контроль — оценка стартового уровня образовательных возможностей, учащихся при поступлении в объединение

Итоговый контроль — оценка уровня и качества освоения учащимися

Программы по завершению учебного года или всего периода обучения по Программе.

Для оценки умений и навыков разработана диагностическая карта с контрольными упражнениями, в которой фиксируются результаты обследования. Оценка качества выполнения диагностических заданий по возрастам, 14 – 16 лет.

1) Введение мяча с обводкой стоек (через 3м) Отрезок 15 м. туда и обратно (секунд) Уровень освоения:

высокий – 8,5;

средний – 9,1;

низкий – 9,7.

2) Челночный бег 3x10м с введением мяча (секунд) Уровень освоения:

высокий – 8,4;

средний – 8,9;

низкий – 9,4.

3) Штрафной бросок (из 10 бросков) Уровень освоения:

высокий – 8-10 раз;

средний – 5-7 раз;

низкий – менее 5 раз.

4) Бросок в кольцо после введения мяча (из 10 попыток) Уровень освоения:

высокий – 8-10 раз;

средний – 5-7 раз;

низкий – менее 5 раз.

5) Бросок мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз) Уровень освоения:

высокий – 19-20;

средний – 15-18;

низкий – менее 15.

Во время игры оценка каждого игрока. КПД (коэффициент полезного действия)

– баллы выставляются каждому учащемуся по **пятибалльной шкале** по каждому показателю,

– затем все баллы суммируются, и вычисляется **среднеарифметический балл**

– уровень освоения программы выявляется по следующей шкале:

от 1 до 3,5 – уровень низкий (учащийся не может выполнить все предложенные задания) от 3,6 до 4,5 – уровень средний (учащийся выполняет некоторые предложенные задания) от 4,6 до 5 – уровень высокий (учащийся выполняет все предложенные задания)

Карта результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

(название программы)

(вид контроля)

Год обучения № группы	Показатели результативности освоения обучающимися программы (конкретные знания, умения, навыки, указанные в программе)						Итоги освоения программ ы в баллах	Уровень освоения программы
	Теоретическая подготовка	Введение мяча с обводкой стоек (через 3м) Отрезок 15 м. туда и обратно (секунд)	Челночный бег 3x10м с введением мяча (секунд)	Штрафной бросок (из 10 бросков)	Бросок в кольцо после введения мяча (из 10 попыток)	Бросок мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз		

Баллы проставляются по пятибалльной (или иной) шкале по каждому показателю, затем суммируется и вычисляется среднеарифметический балл, который заносится в графу «Итоги освоения программы в баллах». Уровень освоения программы выявляется по следующей шкале: 1 – начальный (до 3,5 баллов), 2 – средний (3,6 – 4,5), 3 – высокий (4,6 – 5,0).

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Наименование темы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Теоретические занятия	Традиционная внеаудиторные, дистанционное обучение	беседа, объяснение, показ, взаимоконтроль	Презентация, обучающие плакаты	Компьютер, проектор	- самоанализ; - взаимонализ - опрос
2	Практические занятия Общие- физические упражнения. Специально-физические упражнения. Учебные игры	Фронтальная, индивидуально - самостоятельная работа с мячом внеаудиторные, дистанционное обучение	объяснение, показ, практическая отработка,	Баскетбольные кольца, спортивные снаряды, мяч,	спортивное оборудование, судейское табло	- самоанализ; - задания по ходу занятия; - контрольные занятия
3	Судейство и соревнования Выполнение контрольных нормативов и соревнования	Групповая индивидуально - самостоятельная работа с мячом	практическая отработка, объяснение,	Баскетбольные кольца, спортивные снаряды, мяч	Судейское табло, спортивное оборудование	- самоанализ; -взаимоанализ - контрольные занятия
4	Итоговое занятие	Групповая	практическая отработка,	Баскетбольные кольца, спортивные снаряды, мяч	Судейское табло	- контрольные занятия

Информационные источники

Список литературы для педагога

1. Авторская программа: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 8-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. М., Просвещение. 2018.
2. Авторская программа: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях. М., Просвещение. 2015.
3. Двейрина О.А. развитие координационных способностей на уроках физической культуры в школе: Учебное пособие/СПБГАФК им П.Ф.Лесгафта.2000 - 47с.
4. Электронная поддержка курса: lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka

Список литературы для учащихся

1. Авторская программа: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 8-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. М., Просвещение. 2018.
2. Авторская программа: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях. М., Просвещение. 2015.