

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС
В Г.ГОРОДЕЦ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ»**

Принята на заседании
педагогического совета
от 24.08 2023 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГАОУ ДО НО «СШ «ФОК»
г.Городец Нижегородской области
А.М. Аверип
«24» 08 2023 г.
Приказ № 179

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол»
(ознакомительный уровень)**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 6-18 лет
Срок реализации: 1 год
Количество часов в год: 276, режим бч/н

Программу составили:
тренер – преподаватель
Быстрова Виктория Алексеевна
инструктор-методист
Лопатина Ольга Леонидовна

г. Городец, 2023

Направленность программы – **физкультурно-спортивная.**

Уровень программы – **стартовый (ознакомительный).**

Баскетбол (англ. basket – корзина, ball-мяч)- спортивная командная игра с мячом. В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (состав каждой команды по 12 человек, замены не ограничены).

Баскетбол- одна из самых зрелищных и захватывающих игр. Эта игра зародилась в Америке, и поэтому не удивительно, что самый эффектный баскетбол можно увидеть на играх Национальной Баскетбольной Ассоциации. Баскетбол является и в России одной из популярных спортивных игр. В системе физического воспитания баскетбол приобрел такую популярность из-за экономической доступности игры, высокой эмоциональности, большого зрелищного эффекта и самое главное эта игра благоприятно воздействует на организм человека. Для баскетбола характерны разнообразные движения- ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию. Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма.

Нормативно-правовой основой для разработки дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» являются:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.

2. Приказ Минпросвещения России «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27 июля 2022г. № 629.

3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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" (раздел 6) «Гигиенические нормативы по устройству содержанию и режиму работы организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Распоряжение Правительства РФ от 28.12.2021 №3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации».

6. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”.

7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года №678-р;

8. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

9. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3).

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

11. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта, ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» от 26.05.2021г.

12. Устав ГАОУ ДО НО СШ «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г.Городец Нижегородской области».

Новизна программы: программа помогает адаптировать учебно-тренировочный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

Успешность обучению баскетболу детей прежде всего обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует тренер-преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребёнка являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов игры в баскетбол.

Актуальность. Игровые виды спорта, в том числе баскетбол, можно рассматривать как высшую форму спортивных игр, включенных в мировую систему спортивных соревнований, прежде всего на уровне спорта высших достижений.

Игровые виды спорта, в том числе баскетбол, широко представлены в программе Олимпийский игр, а также в профессиональном спорте. Большое количество соревновательных технико-тактических действий, их сочетаний и многообразных проявлений в процессе соревновательной деятельности соперничающих команд и отдельных игроков представляет собой захватывающее зрелище, во-первых; делает игровые виды спорта средством физического воспитания людей в широком возрастном диапазоне, во-вторых; сложности в плане обучения технике, тактике, игровой и соревновательной деятельности создают благоприятные условия для развития физических качеств, в-третьих.

Педагогическая целесообразность программы.

Баскетбол широко используется как средство физического воспитания детей школьного возраста. Систематические занятия спортивными играми способствует всестороннему развитию школьников, особенно положительно влияют на развитие таких физических, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость. Спортивные игры содействуют воспитанию у учащихся морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей. Игры содействуют и нравственному воспитанию. Уважение к сопернику, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенствованию - все эти качества могут успешно формироваться под влиянием спортивных игр. Вот почему спортивные игры, в частности баскетбол, широко используется во внеклассной работе.

Цель программы: программы – физическое образование и воспитание детей посредством организации занятий баскетболом, привитие ценностей здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- овладение основными двигательными навыками при изучении образовательной области физической культуры баскетбол;
- овладение техникой выполнения элементов баскетбола;
- овладение тактикой игры в баскетбол;
- формирование технико-тактических навыков игры в баскетбол;
- овладение теоретическими и практическими основами тренировки;
- овладение игрой и правилами игры в баскетбол;
- достижение уровня спортивных результатов, сообразно состоянию здоровья, способностям, возрастным особенностям детей.

Развивающие:

- развитие внимательности и наблюдательности;
- развитие интеллектуальных и нравственных качеств;
- развитие основных двигательных качеств;
- развитие специальных физических качеств;
- развитие умственных и физических способностей;
- развитие потребности к систематическим занятиям спортивно-оздоровительной направленности.

Воспитательные:

- воспитание коммуникативных качеств личности ребенка;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание толерантности, общественной активности и профилактика асоциального поведения;
- воспитание коммуникативности;
- воспитание целеустремленности и настойчивости для достижения цели;
- популяризация и пропаганда спортивной игры баскетбол;
- сохранение, поддержание и умножение традиций Российского спорта, международного Олимпийского движения.

Здоровьесберегающие:

- способствовать формированию здорового образа жизни детей;
- способствовать укреплению, поддержанию и сохранению здоровья и физического развития;
- способствовать приобретению знаний, умений и навыков в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений в области ЗОЖ.

Отличительные особенности. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» структурировано с учетом постепенного перехода от простого к сложному, а также позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и уровню подготовленности.

Возраст обучающихся: 6-18 лет.

Возрастные особенности обучающихся.

При организации тренировочного процесса баскетболистов подростковый возраст следует рассматривать как начало эффективно организованного тренировочного процесса, который должен быть направлен, в том числе, и на развитие специальной выносливости у занимающихся баскетболом. Именно работа над этим физическим качеством будет наиболее полезна для повышения уровня подготовленности баскетболистов в целом и поможет им противостоять возникновению процесса утомления, как во время отработки игровых действий, так и во время соревновательной деятельности.

Стоит отметить, что возрастные особенности во время занятий спортом у подростков накладывают серьезный отпечаток на тренировочный процесс.

У подростков достаточно часто наблюдается быстрая утомляемость, которая, несмотря на достаточно быстрое восстановление, затрудняет обработку технических действий в баскетболе. Поэтому время тренировки для указанного возрастного периода

рекомендовано не более 45 минут, после чего делается пауза для отдыха и восстановления сил.

Плотность тренировки должна быть меньше, чем у взрослых. Кроме того, необходимо свести к минимуму использование повторяющихся упражнений со статическими нагрузками и задержкой дыхания. Этот период особенно полезен разносторонней тренировкой.

Показатели выносливости и ее разновидности, определяющие спортивный результат, в процессе физиологического созревания организма спортсмена неуклонно растут. В этот период у мальчиков-спортсменов наблюдается значительное ускорение роста показателей этого физического качества. В этот период у мальчиков происходит повышение силовых показателей. Очевидно, в этот период у юных спортсменов должна быть заложена не только базовая подготовленность организма в целом, но и специальная выносливость.

Высокие показатели выносливости позволяют молодым спортсменам легче адаптироваться к нагрузкам на тренировках, и в результате они могут более эффективно и оптимально расходовать энергию, что в свою очередь позволяет постоянно повышать уровень техники и поддерживать высокий темп на протяжении всей игры.

Количество обучающихся в группе: 15-25 человек.

Группы формируются с учетом возраста обучающихся, с разницей не превышающей более 2х лет.

Зачисление в группы осуществляется без сдачи предварительных тестовых испытаний, по собственному желанию обучающихся и/или заявлению законных представителей (родителей, опекунов).

На обучение по дополнительной общеразвивающей программе по баскетболу принимаются лица без предъявления требований к уровню образования, физическим (двигательным) способностям и при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям баскетболом.

Подача заявления о приеме поступающих в Учреждение производится в период комплектования учебных групп согласно локального акта Учреждения.

Воспитание и обучение ведется на государственном языке Российской Федерации - на русском языке. Обучение осуществляется в очной форме. Занятия с обучающимися проводятся в течение всего календарного года.

Срок реализации программы – 1 год.

Форма и режим занятий.

Обучение по программе проводится в форме тренировочных занятий продолжительностью 2 академических часа 3 раза в неделю. Недельная нагрузка составляет 6 академических часов.

Всего: 276 часов, 46 учебных недель.

Занятия проводятся согласно утвержденному расписанию в период не ранее 8-00 часов и не позднее 20-00 часов.

Вспомогательными формами обучения являются:

- самостоятельная работа по индивидуальным, групповым, индивидуально-групповым планам;
- однодневные походы, экскурсии;
- участие в физкультурных и спортивных мероприятиях;
- посещение культурно-массовых, физкультурных и спортивных мероприятий.

Допускается осуществление образовательной деятельности по программе с использованием электронных форм обучения с применением дистанционных образовательных технологий.

Ожидаемые результаты реализации программы.

Предметные результаты:

- научиться бросать мяч в кольцо под разным углом (от щита и без),

- научатся ловить мяч одной рукой при встречном движении,
- смогут передавать мяч двумя руками в игре (от груди, от пола, сверху),
- научиться передавать мяч одной рукой,
- научиться выполнять обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход,
- смогут обводить соперника с изменением скорости,
- научатся перехватывать мячи при передаче его соперником,
- умело смогут действовать в нападении при выходе двух нападающих против одного защитника (2х1),
- умело смогут действовать в нападении при выходе трех нападающих против одного или двух защитников (3х1, 3х2).

Метапредметные результаты:

- будут уметь заполнять протокол игры,
- смогут оказать первую помощь при легких травмах,
- научатся планировать и контролировать спортивную подготовку,
- работа по освоению инструкторских и судейских навыков. Личностные результаты:
- любовь к здоровому образу жизни,
- расширят представление о баскетболе в России, о спортивной квалификации, разрядах, званиях,
- научатся правильно распределять нагрузки в режиме дня,
- научатся ставить самостоятельно цели и задачи с их достижением,
- развитие патриотизма и любви к российскому спорту в целом.

Универсальные учебные действия.

Регулятивные УУД.

Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью тренера, а далее самостоятельно.

Проговаривать последовательность действий.

Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с тренером давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД.

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД.

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль.

Слушать и понимать речь других.

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Формы подведения итогов:

-промежуточная аттестация – проводится в конце полугодия;

-итоговая аттестация – проводится в конце обучения.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочных занятий или соревновательной деятельности.

Оценка двигательных умений и навыков происходит в ходе тренировочных занятий.

Выявление уровня освоения обучающимися упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовкам является мониторинг. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учетом возрастной категории обучающихся по общей и специальной физической подготовке.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Календарно-тематическое планирование, расписание занятий
1 год	1 сентября	20 июля	46 недель	138	276	3 раза в неделю по 2 часа с перерывом	Согласно Локальному акту Учреждения календарно-тематическое планирование находится в Рабочей программе педагога Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором ГАОУ ДО НО «СШ «ФОК в г.Городец Нижегородской области».

Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля и аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	14	14	-	Беседа
1.1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности	2	2	-	
1.2	История развития баскетбола в России и мире	2	2	-	
1.3	Профилактика спортивного травматизма. Оказание первой помощи при травмах	2	2	-	
1.4	Врачебный контроль и самоконтроль	2	2	-	
1.5	Структура тренировочного занятия. Спортивная терминология	2	2	-	
1.6	Основы техники и тактики игры в баскетбол.	2	2	-	
1.7	Значение общей физической и специальной физической подготовки.	2	2		
2.	Общая физическая подготовка	92	2	90	Контрольно-тестовые упражнения, наблюдение
2.1	Общеразвивающие упражнения с предметами	20	-	20	
2.2	Общеразвивающие упражнения без предметов	15	-	15	
2.3	Упражнения для рук и плечевого пояса	17	-	17	
2.4	Упражнения для туловища и шеи	15	-	15	
2.5	Упражнения для мышц ног	15	-	15	
2.6	Эстафеты, подвижные игры	10	2	8	
3.	Специальная физическая подготовка	44	-	44	Контрольно-тестовые упражнения, наблюдение
3.1	Ходьба и бег	14	-	14	
3.2	Упражнения для лучезапястного сустава кисти	10	-	10	
3.3	Отработка броска мяча	10	-	10	
3.4	Отработка передачи мяча	10	-	10	
4.	Технико-тактическая подготовка	102	12	90	Контрольно-тестовые упражнения, наблюдение
4.1	Начальная расстановка техники баскетбола	20	2	18	

4.2	Тактика нападения	40	4	36	
4.2.1	Индивидуальные действия	10	2	8	
4.2.2	Групповые действия	15	1	14	
4.2.3	Командные действия	15	1	14	
4.3	Тактика защиты	42	6	36	
4.3.1	Индивидуальные действия	10	2	8	
4.3.2	Групповые действия	16	2	14	
4.3.3	Командные действия	16	2	14	
5.	Психологическая подготовка	6	2	4	
5.1	Обучение самоуправлению на занятиях	2	1	1	
5.2	Психологический настрой к началу соревнований или спортивно-оздоровительных мероприятий	4	1	3	
6	Соревновательная подготовка	12	2	10	Практические задания, наблюдение
6.1	Подготовка к соревнованиям различного уровня	12	2	10	
7.	Итоговое занятие	6	2	4	Контрольно-тестовые упражнения
	ИТОГО:	276	34	242	

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка (14 часов).

Тема 1.1 Вводное занятие. Правила техники безопасности (2 часа).

Теория (2 часа): Знакомство с группой. Ознакомление обучающихся с программой.

Тема 1.2 История развития баскетбола в России и мире (2 часа).

Теория (2 часа). Зарождение баскетбола в мире и в России. Основные этапы развития баскетбола в России.

Тема 1.3 Профилактика спортивного травматизма. Оказание первой помощи при травмах (2 часа).

Теория (2 часов). Правила поведения на спортивных занятиях. Причины возникновения травм.

Тема 1.4 Врачебный контроль и самоконтроль (2 часа).

Теория (2 часа). Объективные данные самоконтроля: вес, динамометрия, спирометрия, пульс, частота и ритм дыхания. Самоконтроль во время занятий физической культурой и спортом.

Тема 1.5 Структура тренировочного занятия. Спортивная терминология (2 часа).

Теория (2 часа). Планирование спортивного занятия. Построение тренировки: разминка (общая и специальная), основная, заключительная часть.

Тема 1.6 Основы техники и тактики игры в баскетбол (2 часа).

Теория (2 часа). Правила игры. Понятие о технике и тактике, их взаимосвязь и взаимозависимость.

Тема 1.7 Значение общей физической и специальной физической подготовки (2 часа).

Теория (2 часа). Организация самостоятельных занятий общей физической подготовкой.

Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП) (92 часа)

Тема 2.1 Общеразвивающие упражнения с предметами (20 часов)

Практика. (20 часов) Упражнений с предметами: скакалкой, гимнастической палкой, с мячами (баскетбольными, теннисными), обручами.

Тема 2.2 Общеразвивающие упражнения без предметов. (15 часов)

Практика (15 часов) Присед, сед на полу, упор лежа, выпад вперед или в сторону, сед на одной ноге и т.п.; повороты на 180 — 720° переступанием, прыжками на одной или двух ногах; элементы акробатики: кувырок вперед или назад, переворот в сторону, равновесие на одной ноге («ласточка») и т.п.;

Тема 2.3 Упражнения для рук и плечевого пояса. (17 часов)

Практика (17 часов) Упражнения для мышц рук и плечевого пояса: одновременные, попеременные и последовательные движения в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах (сгибание, разгибание, отведение и приведение, повороты, маховые и круговые движения, сгибание- разгибание рук, в упоре лежа, в висе и т.д.).

Тема 2.4 Упражнения для туловища и шеи. (15 часов)

Практика (15 часов) Наклоны головы вперед, назад, круговые движения головой; повороты головы в сторону; наклоны туловища, круговые движения туловищем и тазом; пружинистые покачивания, сгибания и разгибания туловища; из положения лежа на груди поднимание и повороты туловища с различными положениями рук; в том же исходном положении поднимание прямых ног вверх, одновременные рывки вверх руками и ногами с прогибанием; из положения лежа на спине поднимание и опускание ног, круговые движения ногами, переход в сед углом. пружинистые покачивания в выпаде и др.

Тема 2.5 Упражнения для мышц ног (15 часов)

Практика. (15 часов) Приседания, выпады, прыжки на месте в движении, многоскоки. выпрыгивания из упора присев, выпрыгивания из упора присев с отягощением. Прыжки со скакалкой (короткой и длинной): с вращением вперед, назад, на одной и двух ногах, с ноги на ногу, с поворотами, в приседе, полуприседе.

Тема 2.6 Эстафеты, подвижные игры. (10 часов)

Теория. (2 часа) Правила игр.

Практика. (8 часов) Спортивные, народные и подвижные игры (в спортивном зале и на открытом воздухе): мини-футбол, волейбол, стрит-бол, настольный теннис. Эстафеты: беговые, прыжковые, с переносом предметов (мячей, кубиков, кеглей, ракеток); с метанием, бросками, ведением (мяча), жонглированием теннисными мячами, малыми легкими мячами, и др.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка (СФП) (44 часа)

Тема 3.1 Ходьба и бег (14 часов)

Практика (14 часов) Бег со скакалкой, прыжки с двойным вращением, эстафеты, вбегание (выбегание) под вращающуюся длинную скакалку, прыжки в парах, тройках, в приседе, с поворотами, с различными движениями руками. Ходьба и бег: ходьба в разном темпе, ритме, на носках, пятках, на наружной и внутренней сторонах стопы, ходьба выпадами, приставными шагами, с изменением направления движения, ускорения, из различных исходных положений, по звуковым и зрительным сигналам, с изменением скорости. Кроссовая подготовка.

Тема 3.2 Упражнения для лучезапястного сустава кисти (10 часов)

Практика. (10 часов): Вращательные движения, с отягощением, обвалакивающие вращения мяча вправо, влево, на месте и в движении, броски с обвалакиванием мяча через плечо, скрестно через плечо.

Тема 3.3 Отработка броска мяча. (10 часов)

Практика. (10 часов) Броски мяча в стену с «хлестом» в лучезапястном суставе, броски с «хлестом» в парах, восьмерки с мячом (вертикальные и горизонтальные), круговые движения с передачей мяча вокруг туловища, перекаты мяча на месте, в движении, имитация бросков на месте, в движении, над собой с вращением, имитация финтов. Упражнения для верхнего плечевого пояса в парах, с предметами и без. Броски и передачи (и имитация) набивных мячей: на месте, в движении, в корзину, через волейбольную сетку. Броски в корзину и в цель.

Тема 3.4 Отработка передачи мяча. (10 часов)

Практика. (10 часов) Передачи (с ударом о пол), из различных исходных положений (сидя, стоя, лежа, выпада, переката, приседа), со зрительным контролем и без него. Бег, ходьба с изменением направления, темпа, ритма с набивными мячами с различными положениями рук, броски из положения наклона, приседа по сигналу (вперед, назад, в сторону). Броски мяча (набивного мяча) с одновременным выпрыгиванием из положения приседа, статические и изометрические упражнения с баскетбольными и набивными мячами, ловля и передача мяча в прыжке. постановка ног на стенку, отталкивание.

Раздел 4. Техничко-тактическая подготовка. (102 часа)

Тема 4.1 Начальная расстановка техники баскетбола. (20 часов)

Теория. (2 часа) Основы техники и тактики: общее ознакомление с играми в баскетбол и стрит - бол путем проведения показательных игр и показа видеофильмов с краткими пояснениями.

Практика. (18 часов) Обучение технике стоек баскетболиста - высокой, средней, низкой, основной обучение технике держания мяча обучение технике передвижений в стойке игрока шагом, бегом, приставными и скрестными шагами, прыжками и многоскоками обучение технике остановки в движении, по звуковому и зрительному сигналам, обучение остановке прыжком, обучение технике поворотов на месте и в движении, обучение технике ловли и передачи мяча двумя руками, одной рукой, с ударом о пол, стоя и в движении, со сменой мест, после ведения и остановки обучение технике ведения мяча правой, левой руками (низкий, средний, высокий дриблинг) с изменением направления и скорости, обучение технике кистевого броска мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места и, после ведения и остановки, обучение технике кистевого броска одной рукой от плеча, одной рукой сверху с отражением от щита с места, после ведения и остановки, после передачи, обучение технике выполнения штрафного броска, имитационные упражнения правильной техники ловли, передачи, бросков, привитие навыка слежения за мячом при ведении, передачах, бросках, ознакомление с техникой трех очкового броска.

Тема 4.2 Тактика нападения. (40 часов)

Тема 4.2.1 Индивидуальные действия (10 часов)

Теория. (2 часа) Общее ознакомление с одиночными действиями игрока.

Практика. (8 часов) Действия игрока без мяча: выход игрока для получения мяча, выход игрока для отвлечения мяча.

Тема 4.2.2 Групповые действия (15 часов)

Теория. (1 час) Общее ознакомление с групповыми действиями игроков.

Практика. (14 часов) Взаимодействие двух игроков: «Передай мяч и входи», заслон наведение пересечение. Взаимодействие трех игроков: треугольник, тройка, малая восьмерка, скрестный выход, сдвоенный заслон, наведение на двух игроков.

Тема 4.2.3 Командные действия. (15 часов)

Теория. (1 час) Ознакомление с техникой работы в команде.

Практика. (14 часов) Стремительное нападение; система быстрого прорыва система эшелонированного прорыва, позиционное нападение; система нападения через центрального; система нападения без центрального; командное нападение; быстрый прорыв, нападение против зонной защиты, нападение при вбрасывании мяча из-за боковой линии, нападение против прессинга. Позиционное нападение 2+3; 3+2; 2+2+1; 2+1+2.

Тема 4.3 Тактика защиты (42 часа)

Тема 4.3.1 Индивидуальные действия (10 часов)

Теория. (2 часа) Общее ознакомление с одиночными действиями игрока.

Практика. (8 часов) Действия против игроков без мяча: противодействие получению мяча, противодействие выходу на свободное место. Действия против игрока с мячом: противодействие розыгрышу мяча, противодействие атаке корзины

Тема 4.3.2 Групповые действия (16 часов)

Теория. (2 час) Общее ознакомление с групповыми действиями игроков.

Практика. (14 часов) Взаимодействие двух игроков: подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча. Взаимодействие трех игроков: против тройки, против малой восьмерки, против скрестного выхода, против сдвоенного заслона, против нападения на двух игроков.

Тема 4.3.3 Командные действия. (16 часов)

Теория. (2 час) Ознакомление с техникой работы в команде.

Практика. (14 часов) Концентрированная защита, система личной защиты, система зонной защиты, система смешанной защиты, система смешанной и зонной защиты, система смешанной и личной защиты. Зонная защита. Расстановка игроков: 2-3; 2-1-2; 2-1-2; 3+2. Личная защита, защита прессингом 1-2-1-1; 1-3-1; 1-2-2; 2-1-1-1. Варианты зонного прессинга: 2-1-2; 2-2-1; 3-1-1. Перехват, задержание, закрывание

Раздел 5. Психологическая подготовка. (6 часов)

Тема 5.1 Обучение самоуправлению на занятиях (2 часа)

Теория (1 час) Обучение самоуправлению на занятиях и спортивно-оздоровительных мероприятиях: анализ эмоционального состояния.

Практика. (1 час) Моделирование условий конкретных соревнований, спортивно-оздоровительных мероприятий.

Тема 5.2 Психологический настрой к началу соревнований или спортивно-оздоровительных мероприятий. (4 часа)

Теория (1 час) Изучение приемов саморегуляции психологического состояния для сохранения нервно- психологического тонуса к началу соревнований или спортивно-оздоровительных мероприятий.

Практика (3 часа) Упражнения для: регуляция дыхания, расслабление мышц, продолжительность и интенсивность разминки, отвлечение и переключение внимания, саморегуляция психического состояния.

Раздел 6. Соревновательная подготовка (12 часов)

Тема 5.1 Подготовка к соревнованиям различного уровня (12 часов)

Теория (2 часа) Календарь соревнований по баскетболу. Медицинский осмотр и допуск к соревнованиям. Правила поведения на соревнованиях в качестве участника соревнований и в качестве зрителя.

Практика (10 часов) Участие в соревнованиях внутри учебной группы, в школьных, муниципальных и др. согласно подготовке и календарному плану соревнований.

Раздел 6. Итоговое занятие (6 часов)

Теория (2 часа). Методика выполнения контрольных упражнений по общей, специальной и технической подготовке. Исходные положения, количество попыток, зачетные требования. Условия проведения контрольно-тестовых упражнений.

Практика (4 часа)

Выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке.

Методическое обеспечение программы

Принципы, средства и методы обучения технике игры в баскетбол.

Процесс обучения опирается на некоторые общие положения — принципы, которые отражают закономерности педагогического процесса и в связи с этим носят обязательный характер при решении образовательных и воспитательных задач.

К основным принципам обучения относятся:

- принцип сознательности и активности,
- принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации,
- принцип постепенности, принцип систематичности и последовательности.

Принцип сознательности и активности при обучении навыкам игры в баскетбол подразумевает:

- осмысление и понимание занимающимися сущности и сложной структуры изучаемого технического приема или тактического действия;
- самоанализ качества решения двигательной задачи с последующей коррективкой своих действий при их повторном воспроизведении.

Принцип наглядности предполагает создание у учащихся четкого представления об изучаемом материале на различных этапах его освоения, базируясь на визуальном восприятии разнообразных действий. Кроме традиционного объяснения и показа упражнений педагогом или использования наглядных пособий в виде плакатов, фотографий, рисунков и т.п. для данного принципа незаменимы современные технические средства, включая видеоматериалы и компьютерные технологии. Они значительно расширяют возможности демонстрации лучших образцов техники и тактики игры в баскетбол. В дальнейшем акцент смещается в сторону создания двигательного образа.

Принцип доступности и индивидуализации основывается на предварительной оценке педагогом исходного уровня подготовленности и индивидуальных возможностей воспитанников с последующим подбором посильных заданий согласно общим закономерностям обучения и воспитания. Трудности в обучении должны быть преодолимы для ученика, а его учебная деятельность — приносить ощутимый для него результат в усвоении материала. Подбор и конструирование тренировочных и игровых упражнений, требующих взаимодействия занимающихся в пространстве и времени, также должны базироваться на учете достигнутого уровня развития физического, технического и тактического потенциала вовлеченных в них участников.

Принцип постепенности органически связан с предыдущим принципом и формулируется в виде методологического правила: «от простого — к сложному, от легкого — к трудному». Его реализация обеспечивает нефорсированное усложнение программного материала с тенденцией к расширению технико-тактического арсенала занимающихся и дальнейшему его усложнению.

Принцип систематичности и последовательности требует четкого планирования и регулярности в обучении; соблюдения рациональной преемственности между разделами учебного материала в соответствии с сущностью и внутренней логикой игры. Новый материал должен опираться на ранее усвоенный. Отсутствие системности в занятиях ведет к угасанию двигательных навыков и полученных знаний.

Все перечисленные принципы обучения тесно переплетаются в практической деятельности. Ни один из них не может эффективно реализовываться вне связи с другими. Единство, взаимообусловленность и взаимодополняемость принципов — основа их действенности на занятиях по баскетболу.

Средства о б у ч е н и я .

На занятиях по баскетболу используют как общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия), так и специфические средства (физические упражнения).

Общепедагогические средства широко применяются практически на всех этапах обучения. Практическому освоению материала на занятиях всегда предшествует сообщение определенной информации о предмете изучения. С помощью слова учитель

организует занимающихся, ставит перед ними задачи, дает оценку выполнению и вносит коррективы в процесс обучения. Речь педагога должна отличаться конкретностью, лаконичностью, образностью, будить у занимающихся интерес и творческую активность. Создание четкого, верного представления об изучаемом техническом приеме или тактическом взаимодействии предполагает демонстрацию их рациональных образцов с помощью средств наглядности: учебных фильмов, фотоиллюстраций, макетов и схем, а также непосредственного показа изучаемых технико-тактических действий на площадке.

К специфическим средствам обучения относятся физические упражнения, которые подразделяют на вспомогательные и основные. Критериями такого разделения служат их содержание и направленность воздействия на организм занимающихся.

Вспомогательные упражнения включают двигательные действия, создающие специальный фундамент для успешного овладения техникой и тактикой игры. К ним относятся упражнения других разделов школьной программы: гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, практикуемых видов спортивных игр. С их помощью решается задача как разносторонней физической подготовки, так и развития специальных физических кондиций, необходимых при игре в баскетбол: быстроты, скоростно-силовых качеств, координационных способностей, гибкости.

Основные упражнения направлены на овладение техникой и тактикой игры в баскетбол. К ним относятся также игровые задания, которые требуют эффективного воспроизведения технико-тактических действий в вариативных условиях противодействия, включая игровое противоборство. При овладении техникой игры в зависимости от сложности учебного материала используют упражнения с выполнением игровых приемов в целом и по частям (по разделениям). На занятиях по баскетболу широко применяются подводящие упражнения. По своей координационной структуре они схожи с основными или являются их составными компонентами и выполняются в облегченных условиях: на месте, в замедленном темпе, при отсутствии или ограничении влияния сбивающих факторов и т. п.

Методы обучения.

Используемые на уроках баскетбола методы можно подразделить на три группы: 1) словесные, 2) наглядные и 3) практические.

К словесным методам относятся: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.

Рассказ — это короткое повествование о технико-тактических приемах, взаимодействиях, способах их применения, месте и значении в игровой деятельности.

Объяснение раскрывает содержание, форму и структуру конкретного двигательного движения или действия, а также факторы, определяющие его эффективность. Точное и доступное объяснение создает предпосылки для освоения новых игровых приемов, правильного выполнения тактических установок.

На уроках по баскетболу преимущественно пользуются распоряжениями, которые в отличие от команд не имеют строго регламентированной формы, просты и доступны по содержанию. Распоряжения даются для подготовки, начала или окончания упражнения или игрового задания.

Задание — это форма постановки индивидуальной или коллективной задачи перед занимающимися для выполнения упражнений или в учебных играх. Указание отличается от задания краткостью формы и направлено на внесение коррективов в действия учеников по ходу выполнения упражнения или в процессе игрового противоборства.

Беседа предполагает диалог между педагогом и учениками, благодаря которому осуществляется обмен мнениями и намечается план дальнейших действий при обучении или совершенствовании.

Разбор, как правило, производят после завершения упражнения, игры или занятия. Это короткий или обстоятельный анализ всех действий и их результата.

Наглядные методы многообразны и направлены на активизацию сенсорных процессов у занимающихся. К ним, прежде всего, относится показ упражнений или их элементов учителем или наиболее подготовленными учениками.

Показ должен носить образцовый, четкий характер и создавать полное представление у занимающихся о движениях или действиях. Для этого необходимо создать соответствующие предпосылки: выбрать место для показа упражнения и создать оптимальные условия для его обзора; осуществить показ в целом или по частям, в обычном или замедленном темпе и т.д.

Высоко результативны и вспомогательные наглядные методы: демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий, использование демонстрационных досок, планшетов и других средств.

Определенное значение имеют методы ориентирования. С помощью предметных или условных ориентиров (например, линии разметки, мячи, переносные стойки, стулья, ориентиры на щите, разнообразные зрительные и звуковые сигналы и т.д.) ограничивают направление движения, сигнализируют о его начале или окончании, регламентируют смену направления, задают траекторию полета мяча и т. п.

Практические методы базируются на активной двигательной деятельности занимающихся.

Упражнения предполагают многократное повторение движений для овладения техникой игрового приема, сочетания приемов отдельными учениками или технико-тактических взаимодействий группой занимающихся. Разучивание техники может осуществляться в целом или по частям. Относительно простые игровые приемы (например, стойки, передвижения, ведение мяча и т.п.) разучиваются в целом и н о м виде, так как их расчленение нарушает структуру движений и усложняет процесс обучения. Разучивание по ч а с т я м (расчленным методом) предполагает временное освоение отдельных элементов целостного двигательного действия с последующим их объединением в единое целое. Расчленным методом в баскетболе осваивают координационно-сложные игровые приемы (например, бросок в прыжке одной рукой от головы).

При изучении техники и тактики баскетбола широко используются подводящие упражнения. Как правило, их объединяют в блоки так, чтобы путем планомерного и постепенного освоения более простых движений или двигательных действий подвести занимающихся к овладению сложными технико-тактическими действиями в целом.

Результативному освоению современных навыков игры в баскетбол на определенном этапе обучения содействует метод сопряженных воздействий. Его сущность состоит в создании оптимальных условий для взаимосвязанного комплексного совершенствования игровых приемов и необходимых для их эффективного воспроизведения физических качеств. Это достигается благодаря серийному повторению элементов техники игры с повышенной интенсивностью, а также конструированию упражнений с чередованием заданий на совершенствование технических приемов и акцентированное развитие специальных физических качеств в логической последовательности, присущей баскетболу.

В качестве самостоятельных методов на уроках по баскетболу используют игровой и соревновательный. Их применение создает благоприятный эмоциональный фон для обучения и совершенствования игровых навыков, пробуждает у занимающихся интерес к систематическим занятиям. Игровой метод предусматривает выполнение двигательных действий в условиях, регламентированных установленными правилами игры.

Основу соревновательного метода составляет специально организованная соревновательная деятельность. Особенно эффективен этот метод на этапе совершенствования. Он может быть представлен соревнованием на количественный или качественный результат при выполнении отдельных двигательных действий, играми по

упрощенным правилам, двусторонними учебными, контрольными играми и, наконец, официальными соревнованиями.

Методы организации занимающихся. На занятиях по баскетболу можно использовать несколько методов организации занимающихся: фронтальный, поточный, проходной, групповой, метод круговой тренировки и индивидуальных заданий.

Воспитательная работа

Главной целью воспитательной работы является содействие формированию качеств личности гражданина, отвечающих национально-государственным интересам Российской Федерации, и создание условий для самореализации личности. Напряженная тренировочная и соревновательная деятельность, связанная с занятием баскетболом, предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы.

Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой баскетболиста. В качестве основных задач и направлений воспитательной работы следует выделить:

- государственно-патриотическое воспитание;
- нравственное воспитание;
- спортивно-этическое и правовое воспитание.

Государственно-патриотическое воспитание представляет собой целенаправленное формирование определенной системы взглядов, ценностей, убеждений, определяющих отношение личности к государственности России и ее демократическим основам.

Цель государственно-патриотического воспитания – формирование качеств личности гражданина Российской Федерации.

В силу своей специфики спортивная деятельность обладает огромным воспитательным потенциалом в развитии таких мировоззренческих оснований личности, как уважение к государственной символике Российской Федерации (флаг, герб, гимн), таким понятиям, как Отечество, честь, достоинство.

В процессе государственно-патриотического воспитания создаются условия для развития различных качеств личности гражданина и, прежде всего, уважения и преданности идеалам Отечества и патриотизма.

В процессе воспитательной работы предполагается приобщение спортсменов к отечественной истории, традициям, культурным ценностям, достижениям российского спорта. Государственно-патриотическое воспитание ориентирует личность на формирование профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению, как в спорте, так и в различных сферах жизни общества.

Нравственное воспитание – процесс, направленный на формирование твердых моральных убеждений, нравственных чувств и навыков поведения человека. Наряду с семьей и общеобразовательной школой важную роль в этом процессе играет непосредственно спортивная деятельность. Нравственность и духовность как стержневые качества человека требуют усвоения системы нравственных знаний, понятий, являющихся предпосылкой осознания обучающимися своих обязанностей и привычек поведения. Реализация этих предпосылок составляет одну из важнейших задач тренера-преподавателя и всего педагогического коллектива спортивной школы.

Спортивно-этическое и правовое воспитание. Одной из важных задач, решаемых в процессе воспитательной работы, является освоение норм и правил поведения, предусматриваемых спортивной этикой.

Спортивно-этическое воспитание в занятиях с юными баскетболистами осуществляется непосредственно в спортивной деятельности. Поведение спортсмена ориентируется на конкретные этические нормы, реализуемые как в условиях избранного вида спортивной деятельности баскетбол, так и спортивного движения в целом. Существенную роль в формировании спортивно-этических норм и правил поведения играют Олимпийская хартия и Международная хартия физического воспитания и спорта. Приверженность нормам спортивной этики побуждает спортсмена к честной спортивной

борьбе, исключая возможность использования допингов. Спортивно-этические нормы предписывают спортсмену следовать общим социально-правовым нормам общества. Спортивно-этическое и правовое воспитание неразрывно связано с гуманистической моралью, культурой межличностных отношений. Усвоение спортсменом социально-правовых норм является основой для уважительного отношения к соперникам и товарищам по команде независимо от их национальности и вероисповедания.

Воспитательная работа в условиях детско-юношеских спортивных школ, основывается на творческом использовании общих принципов воспитания:

- гуманистический характер воспитания;
- воспитание в процессе спортивной деятельности;
- индивидуальный подход;
- воспитание в коллективе и через коллектив;
- сочетание требовательности с уважением личности юных спортсменов;
- комплексный подход к воспитанию;
- единство обучения и воспитания.

Воспитательную работу нельзя выделить как отдельный, относительно обособленный от других видов профессиональной деятельности тренера-преподавателя процесс.

Основные критерии и показатели оценки состояния воспитательной работы:

- степень соответствия результатов воспитательного воздействия целям воспитательной работы;
- соответствие хода и результата воспитательной работы научным основам, программе и закономерностям воспитательного процесса;
- соответствие действий и поступков спортсменов целям воспитания;
- соответствие характера отношений и нравственной атмосферы в спортивном коллективе целям и задачам воспитательной работы.

Для оценки используются общепринятые методы: наблюдение, беседы, опрос тренеров-преподавателей, врачей, спортсменов, родителей (законных представителей) спортсменов, анализ практических дел и поступков спортсменов, их тренеров-преподавателей, всего коллектива, оценка состояния дисциплины и др.

УЧЕБНО-МАТЕРИАЛЬНАЯ БАЗА.

1. Спортивный зал.
2. Набор сеток для колец баскетбола и стрит-бола.
3. Мячи тренировочные.
4. Мячи игровые.
5. Гимнастические стенки.
6. Гимнастические скамейки. 5шт
7. Скакалки. 12шт.
8. Гимнастические палки. 12 шт.
9. Гантели.
10. Штанга.
11. Столы теннисные - 2шт.
12. Маты гимнастические.
13. Аптечка.

Инструменты для проведения контроля усвоения программы.

Тестовые задания для оценки освоения программы в части практической подготовки

При проведении тестирования по общей физической и специальной физической подготовке следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

Бег 20 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных способностей)

Тестирование проводится в универсальном спортивном зале. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. *Критерием, служит минимальное время.*

Прыжок в длину с места (для оценки скоростно – силовых качеств) Участник встает возле линии отталкивания, принимает исходное положение и выполняет прыжок. Результат определяется по ближайшей к линии отталкивания отметке (следу), оставленной любой частью тела с точностью до 1 см. Разрешается 3 попытки, в зачет идет лучшая. Результат не засчитывается в следующих случаях: заступ за линию и ее касание при отталкивании, отталкивание происходит не двумя ногами одновременно, а поочередно, прыжок выполнен с подскока.

Прыжок в верх с места со взмахом руки (для оценки скоростно-силовых качеств). Выполняется на ровной площадке. Учащийся встает боком к измерительной планке, измеряется высота доставания вытянутой руки стоя. Выполняется прыжок вверх с доставанием. Дается три попытки. Зачет по лучшему результату.

Скоростное-ведение мяча 20 м. (развиваемое физическое качество-быстрота), Данный тест сдается учащимися старше 10 лет. Учащийся по сигналу тренера-преподавателя начинает ведение мяча на дистанции 20 м «восьмеркой» (6 стоек расстояние 3 м, 1 стойка от линии старта 2 м), при обводке стоек мяч ведется дальней рукой от них. Результат общего времени фиксируется в секундах.

Методика проведения и оценивания знаний по теоретической подготовке.

Контроль уровня знаний по теоретической подготовке проводится в форме устного опроса. Оценивание происходит по системе : «зачет» или « не зачет». Для получения «зачета» учащийся должен ответить на один вопрос билета.

Вопросы по теоретической подготовке:

1. Впервые сборная мужская команда СССР заняла 1-е место на Олимпийских играх в каком году?
2. Сколько игроков-баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?
3. В игре баскетболист часто перемещается боком приставными шагами. Эти шаги выполняются ...
4. Перед выполнением приемов баскетболист принимает стойку баскетболиста. Какое положение является ошибкой в данной стойке?
5. Что является ошибкой при ловле баскетбольного мяча?
6. При ведении мяча наиболее частой ошибкой является ...
7. При броске мяча одной рукой от плеча с места ошибкой является ...
8. Допускается ли команда до соревнований, если в ее составе менее 5 человек?
9. Команда получает 3 очка при попадании мяча в кольцо, если мяч брошен ...
10. Неправильный прием мяча часто приводит к повреждению пальцев. Каковы правильные действия травмированного игрока?
11. Как называется активная защита и постоянное давление на игрока соперника с мячом?

Информационное обеспечение программы

Для педагога:

1. Д. Дрют – Баскетбол /Пер. с англ.; Д. Дрют и П. Мейсон – М., 2002г/
2. «Официальные баскетбольные правила» - Международная Федерация баскетбола 2006г.
3. Е.Р. Яхонтов - «Баскетбол» СПб 2002г.
4. А.Я. Гомельский - «Энциклопедия баскетбола от Гомельского» М.,2002г.

Для учащихся:

1. «Баскетбол. Навыки и упражнения» - В.Джерри, Д.Мейер, М.АСТ, 2006г.
2. «Баскетбол. Азбука спорта» - Л.В.Костикова, М. ФиС, 2002г.
3. «Баскетбол. 100 упражнений и советов для юных игроков» - НИК М. Сортэл, 2002г.
4. «Все о тренировке юного баскетболиста» - Б. Гатмен, Т. Финнеган, М.АСТ, 2007г.

Промежуточная аттестация за 1 полугодие

Спортивное объединения «_____»

(оценивается от 0 до 10 баллов)

№ п/п	Ф.О. учащегося	Теоретическая подготовка	Бег 20 м с высокого старта	Прыжок вверх с места	Прыжок в длину с места	Скоростное ведение мяча 20 м	Итог

Тренер-преподаватель _____

Инструктор - методист _____

Итоговая аттестация

Спортивное объединение « _____ »

(оценивается от 0 до 10 баллов)

№ п/п	Ф.О. учащегося	Бег		Теоретиче ские знания	Приседани я	Прыжок в длину с места	Прыжок вверх с места	Скорост ное ведение мяча 20 м	Участие в соревно ваниях	Итог
		На 30м	На 60м							

Тренер-преподаватель _____

Инструктор - методист _____

**Система критериев оценки сформированности качеств знаний обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол»**

Уровни	Шкала оценок	К р и т е р и и		
		Образовательный аспект	Воспитательный аспект	Развивающий аспект
		Показатели		
Творческий	5 - 6	Полностью владеет программным материалом по баскетболу. Сформированы умения самостоятельно применять полученные знания техники баскетбола в практической деятельности на тренировках.	Сформировано осознание социальной значимости полученных знаний по баскетболу. Творческое отношение к тренировкам, творческая познавательная активность, самостоятельность, дает оценку выполненным заданиям, своей деятельности. Высокий мотивационный уровень к результативности своей деятельности, стремится улучшить свои спортивные результаты.	Преобладает творческое мышление (быстро ориентируется в новой ситуации, легко применяет полученные знания на практике, вносит свои коррективы). Проявляет высокие свойства внимания. Сформированы умения организовывать свою деятельность, совершенствовать мастерство, ориентироваться в спортивной терминологии. Сформированы умения и навыки самообразовательной деятельности. Наблюдается стремление к творческой самореализации через самопознание и самооценку.
Конструктивный	3 - 4	Владеет программным материалом по баскетболу: недостаточно точно отработаны основные умения и навыки. Прочное усвоение алгоритмов выполнения приемов ведения, передачи и заброса мяча позволяет самостоятельно использовать полученные знания и	Достаточно полное понимание социальной значимости получаемых знаний. Устойчивый интерес к баскетболу и эпизодический интерес к процессу учебно - познавательной деятельности. Интерпретирующая познавательная активность	При осуществлении мыслительных действий нуждается в некоторой вербальной и двигательной помощи педагога (подсказки, напоминания, показа). Способность организовывать свою деятельность, совершенствовать приобретённые умения и навыки в баскетболе. Мотивация на самообразовательную деятельность развита

		<p>умения в практической деятельности.</p>	<p>(нуждается в истолковании, разъяснении смысла, значения), частично - поисковая познавательная самостоятельность. Ответственность за результативность своей деятельности достаточная</p>	<p>недостаточно.</p>
<p>Репродуктивный</p>	<p>0-2</p>	<p>Программным материалом владеет в недостаточной степени. Повторяет упражнения за тренером, но ещё не сформированы основные навыки работы в команде. Недостаточно сформированы основные учебные умения.</p>	<p>Социальная значимость получаемых знаний и умений чаще всего не осознается. Познавательный интерес на уровне любопытства, проб своих возможностей, желания общения со сверстниками, побуждение к участию в деятельности посредством контроля со стороны, внешними стимулами. Познавательная активность воспроизводящая, познавательная самостоятельность не развита, критический подход к изучаемому материалу не наблюдается. Ответственность за результативность своей деятельности не сформирована</p>	<p>Репродуктивное мышление (выполнение заданий по образцу, после объяснения, получения инструкций). Формирование новых знаний на уровне восприятия. Свойства внимания проявляет в малой степени Преобладает механическая память. В основном не сформированы умения организовывать свою деятельность: четко выполнять конкретные задания тренера-преподавателя, отрабатывать умения и навыки поведения на площадке.</p>

