

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Дом детского творчества»

п. Уньюган

Рассмотрено:
на заседании
методического совета
протокол № 1
от «01» сентября 2020 года

Согласовано:
на педагогическом совете
протокол № 1
от «01» сентября 2010 года

Рабочая программа
«Баскетбол»
на 2020-2021 учебный год
1 год обучения

Разработчик:
Уймин Сергей Иванович
Педагог дополнительного образования
Высшая квалификационная категория

Количество часов в неделю – 6

Количество часов в год – 198

п. Уньюган

Октябрьский район

Ханты-Мансийский автономный округ - Югра

2020 год

Пояснительная записка

Рабочая программа «Баскетбол» далее – программа) составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол», разработчик Уймин С.И., педагог дополнительного образования МБУДО «ДДТ» п. Уньюган.

Программа рассчитана на работу с детьми 13-16 лет.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Общее количество часов за год – 198.

Цель: физическое развитие обучающихся средствами игры в баскетбол.

Задачи:

- развитие интереса к игре баскетбол;
- формирование знаний обучающихся о технике и тактике игры баскетбол;
- укрепление здоровья школьников;
- воспитание желания заниматься спортивно-игровой деятельностью в повседневной жизни.

II. КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

В результате реализации программы обучающиеся будут:

- знать основы здорового образа жизни;
- владеть технико-тактическими навыками игры Баскетбол»;
- уметь проводить судейство матча.

Результат освоения программы: здоровый, физически сильный и гармонично развитый воспитанник

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития спортивной игры «Баскетбол», характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять спортивные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия по спортивным играм с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учащимися, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять упражнения на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Ожидаемые результаты

Обучающиеся должны:

знать:

- санитарно-гигиенические требования к занятиям в секции;
- понимать, как правильно осуществляется самоконтроль за состоянием организма;
- линии разметки на площадке, основные правила игры в баскетбол;
- нарушения правил, жесты судей;
- организацию и проведение соревнований по баскетболу.

уметь:

- выполнять основные элементы баскетбола(ведение мяча, различные виды передвижений, передачи, разнообразные броски по кольцу);
- выполнять технические приемы нападения обыгрывания защитника;
- применять в игре командное нападение;

- применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол;
- применять тактические приемы и взаимодействия игроков в защите и в нападении.

III. МЕСТО ЗАНЯТИЙ

На изучение программы «Баскетбол» отводится 198 часов/ 99 занятий в год.

Май текущего года – резервное время, отведенное для 100 % реализации программы в случаях совпадения дней занятий с праздничными днями, отсутствия замены педагога, находящегося на больничном режиме и т.д.

При своевременном исполнении программы резервное время используется педагогом для проведения дополнительных занятий, подготовке к итоговой аттестации учащихся.

IV. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Таблица 1

№	Виды спортивной подготовки	Кол-во часов
1.	Теоретическая подготовка	6
2.	Техническая подготовка	72
	2.1. Имитационные упражнения без мяча	6
	2.2. Ловля и передача мяча	18
	2.3. Ведение мяча	24
	2.4. Броски мяча	24
3.	Тактическая подготовка	54
	3.1. Действия игрока в защите	24
	3.2. Действия игрока в нападении	30
4.	Физическая подготовка	48
	4.1. Общая физическая подготовка	24
	4.2. Специальная физическая подготовка	24
5.	Участие в соревнованиях по баскетболу	16
6.	Тестирование	2
ИТОГО		198

V. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1. Теоретическая подготовка - 6 часов

Развитие баскетбола в России и за рубежом. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Правила игры «Баскетбол». Линии разметки баскетбольной площадки. Физическая подготовка баскетболиста. Техническая подготовка баскетболиста. Тактическая подготовка баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболиста. Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Жесты судей. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

2. Техническая подготовка – 72 часа

Упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым – левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг после ускорения. Остановка в два шага после ускорения. Повороты на месте. Повороты в движении. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты. **Ловля и передача мяча.** Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении. Ловля мяча после полуотскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении. **Ведение мяча.** На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте. **Броски мяча.** Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину с места. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. В прыжке одной рукой с места. Штрафной. Двумя руками снизу в движении. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. В прыжке со средней дистанции. В прыжке с дальней дистанции. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

3. Тактическая подготовка - 54 часа

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

4. Физическая подготовка - 48 часов

Общая физическая подготовка. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (опорный прыжок, стенка, скамейка,). Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты). **Специальная физическая подготовка.** Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

5. Участие в соревнованиях- 16 часов

6. Тестирование – 2 часа

VI. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Таблица 2

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	
	план	факт					
1	02.09	02.09	Техника безопасности на занятиях в секции. История развития баскетбола. ОФП	2	Беседа	Опрос	
2	04.09	04.09	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП	2	Беседа	Опрос	
3	07.09	07.09	Специальная физическая подготовка. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча	2	Тренировочное занятие	Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.	
4	09.09	09.09	Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости	2	Тренировочное занятие		
5	11.09	11.09	Техника ловли мяча: ловля мяча на месте и в движении, ловля высоколетающего мяча, ловля катящегося мяча. Передача мяча без движения	2	Тренировочное занятие		
6	14.09	14.09	Правила игры баскетбол. Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола на месте и в движении	2	Тренировочное занятие		
7	16.09	16.09	Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола. Ловля и передача мяча в движении	2	Тренировочное занятие		
8	18.09	18.09	Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол»	2	Тренировочное занятие		
9	21.09	21.09	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	2	Тренировочное занятие		
10	23.09	23.09	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. Ведение мяча с изменением направления.	2	Тренировочное занятие		

11	25.09	25.09	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка	2	Тренировочное занятие		
12	28.09	28.09	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Ведение с сопротивлением	2	Тренировочное занятие		
13	30.09	30.09	ОФП. Ведение мяча с сопротивлением. Тактика «защиты». Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
14	02.10	02.10	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
15	05.10	05.10	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления	2	Тренировочное занятие		
16	07.10	07.10	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Передачи в «малой восьмерке». ОФП	2	Тренировочное занятие		
17	09.10	09.10	Челночный бег. Ведение с обманными движениями, с финтом. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
18	12.10	12.10	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
19	14.10	14.10	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	2	Тренировочное занятие		
20	16.10	16.10	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	2	Тренировочное занятие		
21	19.10	19.10	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП	2	Тренировочное занятие		
22	21.10	21.10	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга	2	Тренировочное занятие		
23	23.10	23.10	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
24	26.10	26.10	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	2	Тренировочное занятие		

25	28.10	28.10	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении	2	Тренировочное занятие		
26	30.10	30.10	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика	2	Тренировочное занятие		
27	02.11	02.11	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	2	Тренировочное занятие		
28	04.11	04.11	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления	2	Тренировочное занятие		
29	06.11	06.11	СФП. Броски мяча в корзину со средней дистанции после прохода защитника	2	Тренировочное занятие		
30	09.11	09.11	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
31	11.11	11.11	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	2	Тренировочное занятие		
32	13.11	13.11	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага	2	Тренировочное занятие		
33	16.11	16.11	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
34	18.11	18.11	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
35	20.11	20.11	СФП. Зонная защита. Взаимодействие игроков в защите и нападении. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
36	23.11	23.11	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов	2	Тренировочное занятие		
37	25.11	25.11	Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники	2	Тренировочное занятие		

			передачи мяча. Учебная игра			
38	27.11	27.11	ОФП. Тактика персональной защиты. Взаимодействие игроков при индивидуальной защите	2	Тренировочное занятие	
39	30.11	30.11	Тактика защиты и нападения. Двусторонняя игра по упрощенным правилам	2	Тренировочное занятие	
40	02.12	02.12	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
41	04.12	04.12	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	2	Тренировочное занятие	
42	07.12	07.12	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения	2	Тренировочное занятие	
43	09.12	09.12	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих	2	Тренировочное занятие	
44	11.12	11.12	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний. СФП	2	Тренировочное занятие	
45	14.12	14.12	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	2	Тренировочное занятие	
46	16.12	16.12	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
47	18.12	18.12	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча	2	Тренировочное занятие	
48	21.12	21.12	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра. СФП	2	Тренировочное занятие	
49	23.12	23.12	Сочетание личной и зонной системы защиты в	2	Тренировочное	

			процессе игры. Учебная игра		занятие		
50	25.12	25.12	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра. ОФП	2	Тренировочное занятие		
51	28.12	28.12	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку	2	Тренировочное занятие		
52	30.12	30.12	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении	2	Тренировочное занятие		
53	11.01.21		Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
54	13.01		ОФП. Ведение мяча с изменением высоты отскока	2	Тренировочное занятие		
55	15.01		Физическая подготовка спортсмена.СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	2	Тренировочное занятие		
56	18.01		Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. СФП	2	Тренировочное занятие		
57	20.01		Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Двусторонняя игра. СФП	2	Тренировочное занятие		
58	22.01		Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП. Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях	2	Тренировочное занятие		
59	25.01		Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
60	27.01		Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка»	2	Тренировочное занятие		

61	29.01		ОФП. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом	2	Тренировочное занятие		
62	01.02		Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП	2	Тренировочное занятие		
63	03.02		Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных)	2	Тренировочное занятие		
64	05.02		Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами	2	Тренировочное занятие		
65	08.02		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра. СФП	2	Тренировочное занятие		
66	10.02		Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
67	12.02		ОФП. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке. Передачи в парах	2	Тренировочное занятие		
68	15.02		Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний	2	Тренировочное занятие		
69	17.02		СФП. Взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре	2	Тренировочное занятие		
70	19.02		Правила баскетбола- судейская практика. Ведение мяча с обводкой защитников. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
71	24.02		ОФП. Броски в корзину двумя руками сверху, от груди, снизу, с отскоком от щита, с места, в движении, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту	2	Тренировочное занятие		
72	26.02		Броски в корзину одной рукой сверху, от плеча, снизу, с отскоком от щита, с места, в движении, в прыжке, прямо перед щитом, под	2	Тренировочное занятие		

			углом к щиту, параллельно щиту. Учебная игра				
73	01.03		Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке на месте в движении по прямой с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
74	03.03		Скрытые передачи мяча. Взаимодействие игроков в нападении	2	Тренировочное занятие		
75	05.03		СФП. Разработка комплекса упражнений специальной подготовки. Двусторонняя игра	2	Тренировочное занятие		
76	10.03		Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
77	12.03		Правила игры и методика судейства. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
78	15.03		Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	2	Тренировочное занятие		
79	17.03		ОФП. Совершенствование техники ловли и передачи мяча	2	Тренировочное занятие		
80	19.03		Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебная игра	2	Тренировочное занятие		
81	22.03		Выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч»	2	Тренировочное занятие		
82	24.03		ОФП. Встречные передачи мяча; передачи в парах, тройках; передачи в «малой восьмерке»	2	Тренировочное занятие		
83	26.03		Совершенствование передач мяча. Ведение в движении. Эстафеты с элементами баскетбола	2	Контрольное занятие		
84	29.03		Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке на месте в движении по прямой с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением	2	Контрольное занятие		

			защитника. Учебная игра			
85	31.03		Ведение мяча на месте и в движении по прямой и по кругу, с изменением направления и скорости движения	2	Тренировочное занятие	
86	02.04		Выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
87	05.04		ОФП. Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
88	07.04		Тактические действия, командные действия в нападении, быстрое нападение. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
89	09.04		СФП. Тактические действия команды в защите. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
90	12.04		Взаимодействие игроков в нападении. Индивидуальные и командные действия в нападении. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
91	13.04		Взаимодействие игроков в защите. Зональная и индивидуальная защиты. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
92	16.04		ОФП. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции с сопротивлением. Индивидуальные действия в защите(вырывания, выбивания, накрытие броска)	2	Тренировочное занятие	
93	19.04		Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против зонной защиты. Нападение через заслон. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
94	21.04		СФП. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Учебная игра	2	Тренировочное занятие	
95	23.04		Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	2	Тренировочное занятие	
96	26.04		ОФП. Совершенствование техники бросков	2	Соревнования	

			мяча				
97	28.04		Совершенствование тактических действий в нападении. Учебная игра. СФП	2	Соревнования		
98	30.04		Совершенствование тактических действий в защите. Учебная игра	2	Соревнования		
99	05.05		Тестирование. Контрольные испытания. Подведение итогов года. Двусторонняя игра	2	Соревнования		
	Итого:			198			

VII. ИЗМЕРИТЕЛИ ОЦЕНОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Педагогический контроль – это система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок.

Основная цель педагогического контроля – это определение связи между факторами воздействия (средства, нагрузки, методы) и теми изменениями, которые происходят у учащихся в состоянии здоровья, физического развития, спортивного мастерства (факторы изменения).

На основе анализа полученных в ходе педагогического контроля данных проверяется правильность подбора средств, методов и форм занятий, что создает возможность при необходимости вносить коррективы в ход педагогического процесса.

В практике физического воспитания используется пять видов педагогического контроля, каждый из которых имеет свое функциональное назначение.

1. *Предварительный контроль* проводится обычно в начале учебного года. Он предназначен для изучения состава учащихся (состояние здоровья, физическая подготовленность, спортивная квалификация) и определения готовности учащихся к предстоящим занятиям (к усвоению нового учебного материала или выполнению нормативных требований программы). Данные такого контроля позволяют уточнить учебные задачи, средства и методы их решения.

2. *Оперативный контроль* предназначен для определения срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебного занятия с целью целесообразного чередования нагрузки и отдыха. Контроль над оперативным состоянием учащихся (например, за готовностью к выполнению очередного упражнения) осуществляется по таким показателям, как дыхание, работоспособность, самочувствие, ЧСС. Данные оперативного контроля позволяют оперативно регулировать динамику нагрузки на занятии.

3. *Текущий контроль* проводится для определения реакции организма учащихся на нагрузку после занятия. С его помощью определяют время восстановления работоспособности учащихся после разных (по величине, направленности) физических нагрузок. Данные текущего состояния учащихся служат основой для планирования содержания ближайших занятий и величины физических нагрузок в них.

4. *Этапный контроль* служит для получения информации о кумулятивном (суммарном) тренировочном эффекте, полученном на протяжении определенного учебного периода. С его помощью определяют правильность выбора и

применения различных средств, методов, дозирования физических нагрузок учащихся.

5. *Итоговый контроль* проводится в конце учебного года для определения успешности выполнения годового плана-графика учебного процесса, степени решения поставленных задач, выявления положительных и отрицательных сторон процесса физического воспитания и его составляющих. Данные итогового контроля (состояние здоровья учащихся, успешность выполнения ими зачетных требований и учебных нормативов, уровень спортивных результатов) являются основой для последующего планирования учебно-воспитательного процесса.

Педагогические методы контроля

В практике применяются следующие методы контроля: педагогическое наблюдение, опросы, прием учебных нормативов, тестирование, контрольные соревнования.

Большую информацию педагог получает с помощью *метода педагогических наблюдений*. Наблюдая в ходе занятия за учащимися, педагог обращает внимание на их поведение, проявление интереса, степень внимания (сосредоточенное, рассеянное), внешние признаки реакции на физическую нагрузку (изменение дыхания, цвета и выражения лица, координации движений, увеличение потливости).

Метод опроса представляет возможность получить информацию о состоянии учащихся на основании их собственных показателей о самочувствии до, во время и после занятий (о болях в мышцах), об их стремлениях и желаниях. Субъективные ощущения – это результат физиологических процессов в организме. С ними надо считаться и в то же время помнить, что они не всегда отражают истинные возможности учащихся.

Контрольные соревнования, упражнения и тестирование позволяют получить объективные данные о степени тренированности и уровне физической подготовленности учащихся. Они очень показательны и на их основе делают соответствующие выводы и корректировки в планах. Так, например, если уровень физической подготовленности не повышается или становится ниже, то пересматривают содержание, методику занятий, физические нагрузки.

Для контроля над освоением техники физического упражнения могут использоваться некоторые подводящие упражнения, применяемые на данном этапе обучения.

Одним из методов контроля над усвоением знаний является *устный опрос*, требующий ответов в виде:

1) рассказа (например, о значении занятий физическими упражнениями);

- 2) описания (например, внешней формы и последовательности движений, составляющих двигательное действие);
- 3) объяснения (например, биомеханических закономерностей конкретных движений);
- 4) показа вариантов выполнения физического упражнения или его отдельных компонентов.

В практике педагогического контроля применяется *письменный опрос* с помощью программ контроля знаний с выборочными вариантами ответов (тестирование).

Сравнение результатов в предварительном, текущем и итоговом контроле, а также сопоставление их с требованиями программы позволяют судить о степени решения соответствующих учебных задач, о сдвигах в физической подготовленности учащихся за определенный период. Это облегчает дифференцирование средств и методов физического воспитания и повышает объективность результатов учебной работы.

Осуществляя физическое воспитание, необходимо систематически проверять, оценивать и учитывать состояние здоровья учащихся, уровень их физического развития, результаты спортивной деятельности, прилежание, поведение.

К учету предъявляют ряд требований: своевременность, объективность, точность и достоверность, полнота, простота и наглядность. Различают следующие виды учета: *предварительный* (до начала организации педагогического процесса), *текущий* (непрерывный в процессе работы, от занятия к занятию) и *итоговый* (по завершению периода работы, например, учебного года).

В содержание текущего учета входит регистрация: посещаемости занятий; пройденного материала и выполненного объема, и интенсивности нагрузок; выполнения учебных требований и норм; данных об оценках знаний, умений и навыков; сведений о состоянии здоровья учащихся.

Основным документом учета служит электронный журнал учета учебной работы группы.

Данные по учету подвергаются систематическому анализу, творческому осмыслению и обобщению и используются в будущей работе. Именно на такой основе внедрения нового возможны постоянное улучшение качества учебного процесса, обогащение его средств и рационализация методики. Успеваемость по программе определяется:

- уровнем отношения к своему совершенствованию;
- знанием основных положений теории физической культуры;

- прочностью освоения двигательных умений и навыков;
- умением самостоятельно решать некоторые вопросы своей физической подготовленности (составить план тренировки, комплекс упражнений утренней зарядки и т.д.).

Критериями оценки по физической культуре являются качественные и количественные показатели.

Качественные показатели – это степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками.

Количественные показатели – это сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных двигательных качеств.

При оценочной деятельности нужно ориентироваться, в основном, не на наличный уровень развития физических качеств, а на темп (динамику) изменения их за определённый период. В целях успешного решения вопроса физической подготовленности всех учащихся необходим индивидуальный подход в части нагрузки и характера упражнений.

Способы отслеживания и контроля результатов:

- контрольные упражнения, тестирование, сдача нормативов проводятся 1 раз в год;
- соревнования на различных уровнях проводятся по календарному плану мероприятий.

Аттестация учащихся

Итоговая аттестация - это оценка качества обученности учащихся по программе по итогам окончания курса обучения.

Цель аттестации: выявление уровня развития способностей и личностных качеств учащегося, их соответствие прогнозируемым результатам программы на данном этапе обучения.

Задачи аттестации:

- определение уровня теоретической подготовки учащихся;
- выявление степени сформированности практических умений и навыков детей;
- анализ полноты реализации программы детского объединения;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов учебно-воспитательного процесса;
- выявление причин, способствующих или препятствующих полноценной реализации программы;
- внесение необходимых корректив в содержание и методику образовательной деятельности детского объединения.

Форма проведения аттестации: контрольные упражнения, соревнования, тестирование, сдача нормативов. Примерные **оценочные материалы** представлены в приложениях к ДООП.

Формы и содержание, сроки аттестации определяются педагогом, рассматриваются на заседании методического объединения.

VIII. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Бабенкова, М. Как помочь детям стать здоровыми: Методическое пособие/ Е.А. Бабенкова. - М.: Астрель, 2003.
2. Барминова, Н.В. Олимпийские игры. Познавательно-игровая деятельность, 1-11 классы/Н.В. Барминова. - Волгоград: Учитель, 2013.
3. Кисилев, П.А. Справочник учителя физической культуры/П.А.Киселев, С.Б.Киселева. - Волгоград: Учитель, 2008.
4. Кузнецов, В.С. Упражнения и игры с мячами/В.С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: ЭНАС, 2002.
5. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы/ В.И.Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2012.
6. Попова, Г.П. Дружить со спортом и игрой/Г.П.Попова. - Волгоград: Учитель, 2008.
7. Портнова, Ю.М. Баскетбол/Ю.М.Портнова. – М., 1997.

Перечень интернет-ресурсов:

1. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru>
2. Олимпийский комитет России <http://www.roc.ru>
3. Международный олимпийский комитет <http://www.olympic.org>
4. Школьная баскетбольная лига <https://kes-basket.ru/?main®ion=69>
5. РФБ <https://russiabasket.ru/>
7. Баскетбольная федерация ХМАО-Югры <http://ugrabasket.narod.ru/>

IX. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для характеристики количественных показателей используются следующие символические обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на учебную группу);

К – полный комплект (на каждого учащегося);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее чем 1 экземпляр на двух

учащихся);

Г – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5-6 учащихся).

Таблица 3

Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения	Количество
Видеопособия	
Видеоролики с упражнениями по баскетболу	Д
Технические средства обучения	
Компьютер с программным обучением Мультимедийный проектор	Д
Учебно – практическое оборудование	
Мячи баскетбольные	
Барьеры для прыжков	Г
Конусы	Г
Баскетбольные фермы	Г
Перекладина навесная	Г
Шведская стенка	Г
Обруч	Г
Гимнастические маты	Г
Скакалки	К
Секундомер	Д
Свисток	Д
Аптечка	Д
Координационная лестница	Г
Жгут	К
Разметочные конусы	Г