

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1
с углубленным изучением английского языка
Московского района Санкт-Петербурга

Рассмотрено и принято

на педагогическом совете ГБОУ школы № 1
Московского района Санкт-Петербурга

Протокол педсовета

От 31.08.2026 г. № 1

Утверждено

Приказ №2/495-8 от 31.08.2026 г.

Директор ГБОУ школы № 1

Московского района Санкт-Петербурга

Н.Н. Жук

«31» августа 2026 г.

Жук Нина

Николаевна

Подписано цифровой
подписью: Жук Нина
Николаевна

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол»**

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 8-17 лет

Разработчик: Анастасия Юрьевна,
педагог дополнительного образования

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» (далее – Программа) составлена на основании Положения о дополнительной общеразвивающей программе ГБОУ школа №1 (далее – Положение).

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность Программы

Программа направлена на удовлетворение потребности детей и подростков в активных формах двигательной деятельности, обеспечение физического, психического и нравственного здоровья обучающихся. Программа предоставляет возможности детям приобщиться к активным занятиям, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в коллективе.

Данная программа основана на постепенном и последовательном прохождении всех стадий обучения с освоением техники баскетбола. Такой подход позволяет создать у учащихся стойкий интерес к занятиям баскетболом, дает возможность заниматься и совершенствоваться. Программа ориентирована в первую очередь на нравственное воспитание учащихся, привитие им любви к занятиям физической культурой и спортом и, во вторую очередь на достижение спортивных результатов

С помощью занятий баскетболом пропагандируется и создается устойчивый интерес к баскетболу. Овладение техникой всех общеразвивающих и специальных упражнений, которые используются на занятиях, так как это является обязательным условием повышения спортивных результатов и связано с проявлением и развитием психических и физических особенностей ребенка. Развиваются такие физические качества как ловкость, быстрота, скоростно-силовые качества, выносливость, силу и координацию движений. Дети приобретают чувство коллективизма, целеустремленность, высокий эмоциональный настрой и хорошее самочувствие, что способствует формированию жизнерадостного отношения к внешним и внутренним раздражителям. Занятия баскетболом способствует развитию трудолюбия, терпения, воли, упорства, ориентируют воспитанника на преодоление трудностей в непредвиденных ситуациях и стремлению к достижению результатов, проявлению интереса не только к баскетболу, но и к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Адресат программы

По данной программе могут обучаться мальчики и девочки в возрасте от 8 до 17 лет.

Уровень освоения программы: базовый.

Объем и срок освоения программы

Обучение по данной программе рассчитано на 1 год – 108 часов.

Цель программы - развитие личностного потенциала обучающихся, всестороннее физическое развитие организма, укрепление здоровья, воспитание нравственных качеств, посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом.

Задачи программы

Обучающие задачи:

- способствовать усвоению учащимися объема знаний по теории и методики баскетбола;
- способствовать всесторонней физической подготовке с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений, скоростно-силовых качеств и общей выносливости;
- способствовать формированию основ техники и тактики игры в баскетбол.

Развивающие задачи:

- развивать физические способности, укреплять здоровье, закалять организм;
- развивать и укреплять опорно-двигательный и суставно-связочный аппараты;

- развивать специальные способности (быстрота, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества) для успешного овладения навыками игры в баскетбол;
- развивать самодисциплину, самоконтроль.

Воспитательные задачи:

- формировать здоровый образ жизни;
- формировать волевые качества;
- формировать бережное отношение к инвентарю;
- воспитывать умение действовать в команде;
- воспитывать морально эстетические качества;
- формировать стойкий интерес к занятиям, трудолюбие.

Планируемые результаты освоения программы:

В результате освоения программы учащимися предполагается достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- Развитие волевых качества (настойчивость, упорство, смелость);
- Развиты морально этические качества (честность, доброжелательность, сотрудничество, умение работать в команде);
- Сформированы установки на здоровый образ жизни и активную жизненную позицию.

Метапредметные результаты:

- Выработано умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности оборудования, организации места занятий;
- Выработано умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- Выработано умение грамотно планировать собственную деятельность;
- Выработана способность работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Предметные результаты:

- Владение знаниями и умениями выполнять технические и тактические действия в баскетболе;
- Владение знаниями о правилах соревнования по баскетболу;
- Формирование навыка по производству судейства соревнований по баскетболу;
- Формирование навыка организации турниров по баскетболу;
- Владение знаниями истории возникновения и развития баскетбола.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации: русский.

Форма обучения: очная

Условия набора и формирования групп

Набор детей производится на основании письменного заявления родителей об их согласии с условиями обучения в объединении.

В группы набираются учащиеся 8-17 лет, количество занимающихся в группе: не менее 15 человек.

Формы организации и проведения занятий

- Фронтальная (фронтальная работа предусматривает подачу учебного материала всей группе учеников);
- Индивидуальная (индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу учащихся);
- Групповая (в ходе групповой работы учащимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе

деятельности).

Материально-техническое оснащение

- Щиты с кольцами — 2
- Жгуты и экспандеры - 10
- Секундомер —1
- Стойки для обводки — 12
- Гимнастические скамейки — 6
- Гимнастические маты — 6
- Скакалки — 30
- Мячи набивные различной массы — 15
- Гантели, гири различной массы — 10
- Мячи баскетбольные — 30
- Насос ручной со штуцером — 1
- Рулетка—1
- Макет площадки с фишками — 1

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план обучения					
№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике	1	1	-	Опрос
2	Теоретические сведения	4	4	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	35	-	35	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
4	Основы техники игры в баскетбол	32	2	30	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, беседа. Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
5	Тактика игры в баскетбол	15	2	13	
6	Специальная физическая подготовка.	15	2	13	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
7	Контрольные игры и соревнования	4	1	3	Текущий контроль: наблюдение Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
8	Итоговое занятие	1		1	Промежуточный контроль: тестирование
9	Итоговый контроль	1		1	Итоговый контроль: контрольные тестирования по видам подготовки
	Итого	108	12	96	

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

УТВЕРЖДЕН

Приказ № _____ от _____

Директор ГБОУ школы № 1

Московского района

Санкт-Петербурга

_____ / _____

Подпись _____ ФИО _____

« » 20 г.

**Календарный учебный график реализации
Дополнительной общеразвивающей программы
«Баскетбол»
На 2026-2027 учебный год**

Педагог: Цветкова А.Ю.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	31.05.2027	36	108	108	1,5 час 1 раз в неделю 1 час 1 раз в неделю

5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Особенности организации образовательного процесса обучения

В первом полугодии большее внимание уделяется физической подготовки учащихся. И только во втором полугодии учащиеся переориентируются на более командные взаимодействия.

Задачи программы

Обучающие задачи:

- способствовать усвоению учащимися объема знаний по теории и методике баскетбола;
- способствовать всесторонней физической подготовке с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений, скоростно-силовых качеств и общей выносливости;
- способствовать формированию основ техники и тактики игры в баскетбол.

Развивающие задачи:

- развивать физические способности, укреплять здоровье, закалять организм;
- развивать и укреплять опорно-двигательный и суставно-связочный аппараты;
- развивать специальные способности (быстрота, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества) для успешного овладения навыками игры в баскетбол;
- развивать самодисциплину, самоконтроль.

Воспитательные задачи:

- формировать здоровый образ жизни;
- формировать волевые качества;
- формировать бережное отношение к инвентарю;
- воспитывать умение действовать в команде;
- воспитывать морально эстетические качества;
- формировать стойкий интерес к занятиям, трудолюбие.

Планируемые результаты освоения программы:

В результате освоения программы учащимися предполагается достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- Развитие волевых качеств (настойчивость, упорство, смелость);
- Развиты морально этические качества (честность, доброжелательность, сотрудничество, умение работать в команде);
- Сформированы установки на здоровый образ жизни и активную жизненную позицию.

Метапредметные результаты:

- Выработано умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности оборудования, организации места занятий;
- Выработано умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- Выработано умение грамотно планировать собственную деятельность;
- Выработана способность работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Предметные результаты:

- Владение знаниями и умениями выполнять технические и тактические действия в баскетболе;
- Владение знаниями о правилах соревнования по баскетболу;
- Формирование навыка по производству судейства соревнований по баскетболу;
- Формирование навыка организации турниров по баскетболу;
- Владение знаниями истории возникновения и развития баскетбола.

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория

Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Форма контроля: опрос

Раздел 2. Теоретические сведения

Теория

История баскетбола

Основные технические элементы

Форма контроля: опрос

Практика

Правила соревнований по баскетболу

Раздел 3. Общая физическая подготовка

Теория

Ознакомление с упражнениями на разные группы мышц и на развитие различных групп мышц.

Ознакомление с упражнениями на развитие различных физических качеств

Практика

Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки, пресс.

Форма контроля: текущий контроль, педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль выполнение нормативов, тестирование.

Раздел 4. Основы техники игры в баскетбол

Теория

Ознакомление с основными техническими элементами баскетболиста.

Практика

Ведение мяча. Ведение одной рукой. В движении: ведение левой и правой рукой с переводами перед собой, за спиной, между ног, ведение с поворотами, ведение 2 мячей одновременно. Перемещения баскетболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.

Остановки баскетболиста прыжком. Передача мяча двумя руками от груди.

Передача мяча одной рукой от плеча. В движении: передача в парах 1,2 мячей, в тройках 2,3 мячей, во встречных колоннах со сменой мест. Ловля мяча после различных видов передач. Ловля одной рукой в парах на месте и в движении

Форма контроля: текущий контроль, педагогическое наблюдение, беседа. Промежуточный контроль анализ исполнения, рекомендации.

Раздел 5. Тактика игры в баскетбол

Теория

Ознакомление с тактикой в защите и в нападении

Практика

Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Борьба за отскок, отсекание.

Личная защита (прессинг). Зонная защита

Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Форма контроля: текущий контроль, педагогическое наблюдение, беседа. Промежуточный контроль анализ исполнения, рекомендации.

Раздел 6. Специальная физическая подготовка

Теория

Ознакомление с упражнениями.

Практика

Развитие ловкости, быстроты ног и силы рук.

Форма контроля: текущий контроль, педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль выполнение нормативов, тестирование.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования

Теория

Ознакомление с технико-тактическими действиями.

Практика

Контрольные игры и соревнования

Форма контроля: текущий контроль: наблюдение. Промежуточный контроль: анализ исполнения, рекомендации.

Раздел 8. Итоговое занятие

Практика

Сдача итоговых нормативов.

Форма контроля: тестирование.

Раздел 9. Итоговый контроль

Практика

Сдача итоговых нормативов

Форма контроля: итоговый контроль: контрольные тестирования по видам подготовки

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Многолетняя подготовка строится на основе следующих методических положений:

Использование *общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения:* сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования;

Целевая направленность к мастерству и спортивным достижениям путем неуклонного роста объема средств общей и специальной подготовки, соотношения между которыми изменяются из года в год в сторону увеличения объема специальной подготовки;

Оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности детей в процессе многолетнего обучения;

Рост объема и интенсивности упражнений по мере улучшения физической подготовленности обучающихся, предпочтение упражнениям динамического характера с использованием различного темпа их выполнения;

Поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (на пример: сочетание физической и технической подготовки);

Занятия баскетболом предполагают **групповую форму организации деятельности детей** на каждом занятии при активном использовании индивидуального подхода к каждому ребёнку.

Наиболее часто используемыми **формами проведения занятий** тренировочное занятие, беседа, дискуссия, игра, общефизический тренинг.

Обучение баскетболу располагает целой системой разнообразных методов:

Целостный метод – практически любое практическое упражнение, трудность которого соответствует уровню подготовки воспитанников, может быть освоено целостно. Вместе с тем, следует учитывать, что использование целостного метода обучения подразумевает наличие определённого опыта, полученного ранее.

Метод расчленения применяется в основном при изучении относительно сложных приёмов, а также для коррекции учебного навыка, для исправления некоторых ошибок или работы над выразительностью рисунка.

Словесный метод (метод устного изложения) – рассказ, описание, объяснение, беседа.

Наглядный метод (метод иллюстрации и демонстрации) — схемы, презентации,

представления, понятия.

Практический метод – упражнения, приучение, самостоятельно выполняемые обучающимися действия.

Метод закрепления изучаемого материала (метод повторности движений) – повторение пройденного материала до 3-х и более раз).

Метод авансирования успеха – создание ситуации успеха для каждого ребенка, стимулирование.

Метод игры — использование игровых сюжетов в структуре занятий.

Метод самостоятельной работы обучающихся по осмысливанию и усвоению нового материала;

Метод работы по применению знаний на практике и выработке умений и навыков: праздники, фестивали, концерты, конкурсы, открытые занятия;

Метод проверки и оценки знаний, умений и навыков обучающихся: повседневное наблюдение за воспитанниками, устный опрос (индивидуальный, групповой), контрольные занятия, соревнования, программированный контроль.

Структура занятий

В занятие включено:

- построение;
- ознакомление с целью и задачами занятия; напоминание техники безопасности;
- подготовка организма к предстоящей работе (разминка);
- круговые тренировки;
- разучивание техники и тактики игры;
- демонстрация отработанных приемов и взаимодействий;
- итог;
- заминка.

Перечень дидактические материалы:

Видео игр и упражнений, подборки игр, заданий, комплексы упражнений.

7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе обучения применяются следующие виды и формы контроля:

предварительный контроль осуществляется педагогом в начале учебного года методом тестирования по общей физической подготовке;

текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом методом наблюдения;

промежуточный контроль проводится один раз в полугодие методом определения уровня и объема освоенных навыков;

итоговая аттестация проводится в конце каждого учебного года, методом тестирования по общей физической подготовке, позволяющим определить уровень освоенных навыков, а также методом устного опроса на владение теоретическими знаниями.

В конце каждого учебного года учащиеся сдают переводные нормативы, выполняя контрольные упражнения по ОФП и СФП. Результаты заносятся в сводный протокол и суммируются. На каждом этапе обучения учащиеся должны набрать определенное количество баллов (см. таблицу ниже), что будет свидетельствовать об успешности освоения программы.

Переводные нормативы

Контрольные упражнения по ОФП

№	Упражнения	Методические указания
1	Наклон вперед из седа ноги вместе, держать 3 сек.	Грудь плотно касается бедер, спина и ноги прямые, носки вытянуты, держать без излишнего напряжения. Незначительное нарушение каждого требования - 0.5 балла; значительное - 1.0 балл; недодержка одного счета -1.0 балл.
2	Челночный бег 3х1 Ом	Выполняются две попытки, засчитывается лучший результат
3	Прыжок в длину с места; толчком двумя ногами.	Выполняются две попытки, засчитывается лучший результат.
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Угол сгибания рук в локтевых суставах 90 градусов, туловище прямое. Оценивается по количеству отжиманий.
5	Челночный бег 10х10 м	Выполняются две попытки, засчитывается лучший результат

Контрольные упражнения по СФП

№	Упражнения	Методические указания
1	Передвижения в защитной стойке с остановкой прыжком 4х9 м	Грудь плотно касается бедер, спина и ноги прямые, носки вытянуты, держать без излишнего напряжения. Незначительное нарушение каждого требования - 0.5 балла;
2	Скоростное ведение мяча правой и левой рукой (36м)	Ведение осуществляется правой и левой рукой, соблюдая технику выполнения. Выполняются две попытки, засчитывается лучший результат
3	Скоростное ведение мяча с обводкой 3-х стоек	Расстояние 36 м от волейбольной лицевой линии до противоположной и обратно. Выполняются две попытки, засчитывается лучший результат
4	Передачи мяча двумя руками от груди в стену	Расстояние до стены 1,5м (1 и 2 год обучения), 2м (3 год обучения) Время выполнения 30 сек
5	Передачи мяча двумя руками от груди в парах	Расстояние 3 м Время выполнения 30 сек
6	Штрафной бросок	Расстояние до кольца 1,5м (1 год обучения), 2,3 год обучения с линии штрафной броска. Выполняется 10 бросков.

На гибкость, подвижность суставов, устойчивость

Упражнения	Баллы			
	10.0-9.5	9.0-8.5	8.0-7.5	7.0 - 6.0
из седа ноги вместе, держать три секунды.	Полная «складка»: все точки туловища и подбородок касаются прямых ног.	Полная «складка», но с удержанием прямых ног руками.	Касание грудью ног с удержанием прямых ног руками.	Касание головой ног с удержанием руками, ноги слегка согнуты.

На силу и скоростно-силовые качеств

Упражнения	Баллы												
	10	9.5	9.0	8.5	8.0	7.5	7.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.5	4.0
Прыжок в длину с места (см)	190	185	180	175	170	165	160	155	150	145	140	135	130
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во)	30	26	22	18	14	12	10	8	7	6	5	4	3
Подъем в сед из положения лежа, за 30 сек. (кол-во раз).	28	26	24	20	22	20	18	16	14	12	11	10	9

Оценка контрольных упражнений по СФП

№	упражнения	баллы									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Передвижения в защитной стойке с остановкой прыжком 4х9 м	11,5	11,7	11,9	12,1	12,3	12,5	12,7	12,8	12,9	13,0
2	Скоростное ведение мяча правой и левой рукой (36м)	8,5	8,7	8,9	9,1	9,3	9,5	9,7	10,0	10,2	10,5
3	Скоростное ведение мяча с обводкой 3-х стоек	9,0	9,4	9,8	10,2	10,6	11,0	11,4	11,8	12,2	12,5
4	Передачи мяча двумя руками от груди в стену	40	38	36	34	32	30	29	28	27	26
5	Передачи мяча двумя руками от груди в парах	46	44	42	40	38	36	34	32	31	30
6	Броски мяча в кольцо с 5-ти точек	7	6	5	-	4	3	2	-	1	-
7	Штрафной бросок	7	6	5	-	4	3	2	-	1	-

Контроль освоенной теории

1. Когда была создана международная федерация баскетбола (ФИБА)?

-1904

-1928

+1932

-1947

2. Кто придумал баскетбол, как игру?

+Джеймс Нейсмит

- Пьер де Кубертен

-Хольгер Нильсен

-Уильям Дж.Морган

3. В какой стране изобрели баскетбол?

-Англия

-Бразилия

-Испания

+США

4. Как начинается игра в баскетбол?

- Вбрасыванием из-за лицевой линии
- Вбрасыванием из-за боковой линии напротив линии штрафного броска
- Вбрасыванием от середины боковой линии
- +Спорным броском в центральном круге

5. Что означает слово «баскетбол»?

- «Баск (житель баскских земель в Испании) +мяч»
- «Бакс (доллар)+мяч»
- «Бас (мужской голос) +мяч»
- +«Корзина+мяч»

6. Какие размеры баскетбольной площадки?

- 18×9м
- 23,77×10,97м
- +28×15м
- 40×20м

7. В каком году появился баскетбол?

- 1846
- 1890
- +1891
- 1895

8. Какая минимальная высота потолка должна быть над баскетбольной площадкой?

- 5м
- 6м
- +7м
- 8м

9. Какие цвета щитов разрешены?

- Белый и чёрный
- +Белый и прозрачный
- Жёлтый и прозрачный
- Белый и жёлтый

10. Какой цвет линий разрешено использовать при разметке непрозрачного щита?

- Белый
- +Чёрный
- Жёлтый
- Оранжевый

11. Какой цвет линий разрешено использовать при разметке прозрачного щита?

- Чёрный
- +Белый
- Жёлтый
- Оранжевый

12. Сколько судей на площадке должно работать во время матча?

- 1
- +2
- 3
- 4

13. Сколько судей должно работать за судейским столиком?

- 2
- +3
- 4
- 5

14. Если травмированного игрока не меняют, а оказывают ему медицинскую помощь, то:

- ему записывается персональный фол
- +его команде записывается использование 1-минутного перерыва
- команде-сопернику записывается 1 очко
- команда-соперник получает право на 1 штрафной бросок.

15. Кто вместо травмированного игрока получает право выполнить штрафные броски?

- Любой игрок-партнёр травмированного.
- Капитан команды.
- +Игрок, заменивший травмированного.
- Штрафные броски заменяются вбрасыванием из-за боковой линии.

16. Из скольких 10-минутных периодов состоит матч?

- 2
- 3
- +4
- 6

17. Как классифицировать попадание мяча в любую часть тела судьи?

- Выход мяча за боковую линию.
- Выход мяча за лицевую линию.
- Спорный мяч.
- +Как попадание мяча в пол в то место, где стоит судья.

18. Какое решение должен принять судья, если мяч застрял на опоре кольца?

- +спорный мяч.
- вбрасывание той команды, чей игрок последним касался мяча.
- вбрасывание той команды, на чьём щите застрял мяч.
- вбрасывание той команды, для которой щит с застрявшим мячом является чужим.

19. Какой цены заброшенного мяча не существует?

- 1 очко
- 2 очка
- 3 очка
- +4 очка.

20. Какое решение должен принять судья, если игрок неумышленно забросит мяч в своё кольцо?

- +Засчитает очки сопернику.
- Назначит спорный.
- Назначит вбрасывание в пользу соперника.
- Назначит штрафной бросок в пользу соперника.

Оценка уровня специальной подготовки занимающихся баскетболом (в баллах)

Этап обучения	сумма баллов
1 год обучения	25-45

Карта результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол»

Год обучения № группы Фамилия, имя обучающегося	Показатели результативности освоения обучающимися программы (конкретные знания, умения, навыки, указанные в программе)								(вид контроля)	
	Сила	Выносливость	Быстрота	Точность	Скоростно- силовые качества	Координация	Оценка техничко- тактических действий	Точность передач	Итоги освоения програм мы в баллах	Уровень освоения программы

Баллы проставляются по пятибалльной шкале по каждому показателю, Затем суммируется и вычисляется среднеарифметический балл, который заноситься в графу «Итоги освоения программы в баллах» Уровень освоения программы выявляется по следующей шкале: 1-2,5 – низкий, 2,6 – 4 – средний, 4-5 – высокий

_____ / _____

ФИО педагога

подпись

7. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев В.И. Факторы определяющие эффективность техники дистанционного броска в баскетболе Автореф.дис...канд. пед.наук.-Омск,2018-21с.
2. Айропетянц Л.Р., Гадик М.А. Спортивные игры Ташкент: 2 Ибн.Син.2011.-90с.
3. Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют. //Физкультура в школе – 2018 - №7 –с.15-17
4. Баскетбол: Учебник для институтов физической культуры// Ю.М. Портнова.-М.: Физкультура и Спорт, 2008
5. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры// Ю.М. Портнова. - М.:Физкультура и Спорт, 2010.-480с.
6. Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу // Физкультура в школе. -2020.- №6,7-с.17-18.
7. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Полынья, 2006 –111с.
8. Вальтин А.И. Мини-баскетбол в школе. - М.: Просвещение,2006.-111с.
9. Вальтин А.И. Методика совершенствования в технике бросков мяча в игре баскетбол/.Автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук. -Киев, 2014.-24с.
10. Данилов В.А. Повышения эффективности игровых действий в баскетболе:2006.
11. Джон Р., Вуден. Современный баскетбол. - М.: Физкультура и спорт,2007.-58с.
12. Дьячков В.М. Совершенствования технического мастерства спортсменов. –М.: Физкультура и спорт, 2020.-35с.
13. Зельдович Т.,Кершина С. Подготовка юных баскетболистов. – М.: Физкультура и спорт,2022.-48с.
14. Зинин А.М. Детский баскетбол. - М.: Физкультура и спорт, 2009.- 183с.
15. Кудряшов В.А., Мирошникова Р.В. Технические приемы игры в баскетбол. – Волгоград, 2010.-35с.
16. Кудряшов В.А., Рудаков В.И. Баскетбол в школе/ Учебное пособие для учителей школ.Л.,Учпедлит, 2020
17. Коузи Б., Пауэр Ф. Анализ и концепции в современном баскетболе. –М.: Физкультура и спорт, 2015.-120с. 18 Кузин В.В., Полиевский С.А., Баскетбол. Начальный этап обучения, -М.: Физкультура и спорт, 2018.-133с.
- 19 Линдберг Ф. Баскетбол: Игры и обучение. – М.: Физкультура и спорт,2007.-278с.

Список литературы для обучающихся

1. Баскетбол. Словарь-справочник: учебное пособие/ Воронежский государственный институт физической культуры. -3-е изд., исправ. и доп. - Воронеж: ООО «РИТМ», 2020.-145с.
2. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 2009г. - 256 с.