

ОМС «Управление образования Каменск-Уральского  
городского округа»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 31»

Рассмотрено  
на заседании МО классных  
руководителей  
Протокол № 1

Согласовано  
с заместителем директора по ВР  
Протокол №1 от 28.08.2023 г.

Утверждено  
Приказом директора  
Средней школы №31  
от 29.08.2023 г. №139

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
*Физкультурно-спортивной направленности*  
"Спортивные игры"**

Срок реализации программы: 1 год  
Возраст обучающихся: 13-15 лет

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Кузнецова Н.В.

**Каменск-Уральский городской округ, 2023**

## **Структура дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы
- 1.3. Планируемые результаты освоения общеразвивающей программы
- 1.4. Воспитательный потенциал
- 1.5. Содержание общеразвивающей программы

### **II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

### **III . СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

# І. Комплекс основных характеристик

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные игры» составлена на основе следующих нормативно - правовых документов:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ (с изменениями);
- Концепция развития дополнительного образования (утв. Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 №11);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020);
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
- Концепция персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области (утв. Постановлением Правительства Свердловской области от 06. 08.2019 г. N 503-ПП)
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 г. №70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области»;
- Приказ ОМС «Управление образования города Каменска-Уральского» от 16.09.2019 г. №218 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в муниципальном образовании город Каменск-Уральский»
- Устав Средней школы №31

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Актуальность:** программа заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. В детском возрасте двигательные навыки развиваются наиболее интенсивно, так как в этот период происходит формирование всего биодвигательного аппарата и физических качеств. Слабое, негармоничное развитие мышечной системы значительно задерживает развитие двигательных способностей ребенка. Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека. Она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребность в общении, получении информации, дает приятную физическую нагрузку. Кроме того, игра оказывает благотворное влияние на формирование творческой души, развитие физической силы и способностей. В игре растущий человек познает окружающий мир, жизнь, ищет себя. Спортивные игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Спортивные игры развивают все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.). В процессе игры формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

**Отличительные особенности программы:** состоят в расширении содержания учебного материала. В ней прослеживается углубленное изучение данного вида спорта с расширенным применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, овладением техникой двигательных действий и тактическими приемами по данной специализации. Программа дает возможность заниматься баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе и детям с начальной подготовкой в данной области. Особое внимание уделяется вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

Программа является составительской. Составлена на основе двух программ: программы для внешкольных учреждений и образовательных школ «Спортивные кружки и секции» под редакцией И.А. Водяниковой и методического пособия «Проведение учебных и учебно-тренировочных занятий по баскетболу в школе» Н.И. Шумковой.

**Адресат:** программа «Спортивные игры» рассчитана на обучающихся от 13 до 15 лет. Наполняемость группы от 12 до 15 человек. В коллектив принимаются все желающие.

**Режим занятий:** занятия проводятся по группам. 1 группа 1 раз в неделю по 40 минут и 2 группа 1 раз в неделю по 40 минут.

**Объем программы:** программа рассчитана на 37 часов в год, из расчета 1 час в неделю, с учетом занятий в осенние и весенние каникулы.

**Срок освоения программы:** 1 год

**Уровень освоения:** «Стартовый уровень», реализация общедоступных и универсальных форм организации, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания.

**Форма обучения:** групповая.

**Виды занятий:** учебные тренировки, спортивные праздники, матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста; соревнования школьного уровня.

**Формы подведения результатов:** контрольные испытания по общей, специальной и технической подготовке

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

### **Задачи программы:**

#### ***Образовательные***

- Обучить новым двигательным действиям для использования их в прикладных целях.
- Обучить основным приёмам техники и тактики спортивных игр.
- Сформировать устойчивый интерес к занятиям спортом.
- Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
- Вооружить знаниями по истории развития некоторых видов спорта и правилам игры.
- Содействовать укреплению здоровья учащихся.

#### ***Развивающие***

- Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, гибкость, выносливость.
- Развивать двигательные способности детей посредством подвижных игр и занятий спортом.
- Развивать логическое мышление, способность рассчитывать, прогнозировать и предугадывать ситуацию.

#### ***Воспитательные***

- Воспитывать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.
- Воспитывать сильные черты личности, таких как воля к победе, решительность, стойкость, выносливость, выдержка, терпение, находчивость, трудолюбие, а также коллективизм, коммуникабельность, взаимовыручка.
- Пропаганда здорового образа жизни, привлечение семей занимающихся к участию в спортивных мероприятиях.

## 1.4. Планируемые результаты

### Личностные результаты:

- осознанное стремление к освоению новых знаний и умений
- осознанное стремление к достижению личностного роста

### Метапредметные:

- результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий
- овладение умением вести диалог, умение договариваться распределять функции и роли

### Предметные результаты

#### По окончании обучения ученик *должен знать*:

- влияние физических упражнений на организм человека;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;
- особенности и способы движений и передвижений человека;
- терминологию разучиваемых упражнений;
- причины травматизма на занятиях подвижными и спортивными играми и правила его
- разновидности бега, игровые задания для бега (эстафеты), переключаться с одного вида бега на другой;
- разновидности прыжков с места и с разбега, через различные препятствия, игры, игровые задания для закрепления навыка прыжков;
- элементы спортивных игр с мячом (на первом уровне обучения обучающиеся должны научиться правильно, ловить мяч, делать передачи партнеру, выполнять ведение мяча шагом, знать технику безопасности работы с мячом как в парах, так и при самостоятельной работе с мячом. На втором уровне обучения, обучающиеся должны уметь делать передачи мяча в движении в парах, выполнять ведения мяча в беге, змейкой, вести мяч без зрительного контроля на месте)

#### По окончании обучения ученик *должен уметь*:

- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений для развития основных физических качеств;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных и спортивных играх;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях;
- соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий.

## 1.4. Воспитательный потенциал

Воспитательная деятельность в Средней школы №31 планируется и осуществляется в соответствии с приоритетами государственной политики в сфере воспитания, установленными в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 N996-р).

Участниками образовательных отношений являются педагоги школы, обучающиеся, их родители (законные представители), представители иных организаций, участвующие в реализации образовательного процесса в соответствии с законодательством Российской Федерации, локальными актами общеобразовательной организации.

Приоритетной задачей Российской Федерации в сфере воспитания детей является развитие высоконравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

**Цель воспитания** обучающихся в Средней школе №31: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного

отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

#### **Задачи воспитания:**

- усвоение ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний;
- достижение личностных результатов освоения общеобразовательных программ в соответствии с ФГОС.

#### **Направления воспитания**

**гражданское воспитание** — формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;

**патриотическое воспитание** — воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;

**духовно-нравственное воспитание** — воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;

**эстетическое воспитание** — формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

**физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия** — развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;

**трудовое воспитание** — воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;

**экологическое воспитание** — формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;

**ценности научного познания** — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

#### **Планируемые результаты воспитательной работы:**

- развиты творческие способности учащихся в соответствии с возрастом;
- учащиеся взаимодействуют в коллективе и проявляют свою самостоятельность;
- учащиеся проявляют знание общей культуры, активную жизненную позицию, интерес к здоровому образу жизни, участвуют в традиционных делах школы;
- установлены партнерские взаимоотношения с родителями учащихся;
- учащимися приобретен опыт личностного и профессионального самоопределения с учетом возраста;
- сформирован личный опыт здоровьесберегающей деятельности и безопасного поведения

#### **Формы проведения воспитательных мероприятий**

Большое внимание в программе уделяется профессиональному самоопределению учащихся. В программу включены упражнения, тренинги, игры, помогающие ребенку задуматься о будущей профессиональной деятельности. К программе прилагается комплекс мероприятий, позволяющих усилить ее воспитательный эффект, достигнуть планируемых результатов основной программы,

используя разнообразные формы работы, создать условия для реализации творческого потенциала детей в интеллектуальной и предметно-продуктивной деятельности.

Среди основных форм воспитательной работы следует выделить: познавательные беседы, творческие мастерские, экскурсии, поездки, прогулки, походы, спортивные игры, часы откровения, часы общения, викторины, конкурсы, часы рисования, диспуты, просмотр видеосюжетов, акции, творческие часы, КТД и др.

#### **Методы воспитательного воздействия.**

Методы воспитания проявляют свое содержание через:

- непосредственное влияние педагога на воспитанника (посредством убеждения, требования, поощрения, личного примера, авторитета, просьбы, совета);
- создание специальных условий, ситуаций и обстоятельств, которые вынуждают воспитанника изменить собственное отношение, выразить свою позицию, осуществить поступок, проявить характер;
- общественное мнение коллектива (школьного, кружка, студии), лично значимого для воспитанника, а также благодаря средствам массовой информации (телевидение, печатные издания, радио);
- совместную деятельность педагога с воспитанником, общение, игру;
- процессы обучения и самообразования и передачи информации, социального опыта в кругу семьи, в процессе дружеского и профессионального общения.



## 1.5. Содержание общеразвивающей программы Учебный (тематический) план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний. Инструктаж по ТБ.	2	2	-	текущий
2.	Специальная подготовка техническая	14	2	12	текущий
3.	Специальная подготовка тактическая	11	1	10	текущий
4.	ОФП	5		5	зачет
5.	Соревнования	5	2	3	итоговый
	ИТОГО	37	7	30	

### 3. Содержание Программы

**Раздел 1. Основы знаний (2 часа):** История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правила мини-баскетбола. Жесты судей. Инструктаж по ТБ

**Раздел 2. Специальная подготовка техническая (14 часов):** *Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.* Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Остановка двумя шагами и прыжком.

*Овладение техникой ведения мяча.* Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления. Ведение с пассивным сопротивлением защитника.

*Овладение техникой бросков мяча.* Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Броски мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок после остановки. Бросок одной рукой от плеча с средней дистанции. Штрафной бросок.

*Освоение индивидуальных защитных действий.* Вырывание и выбивание мяча. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите.

*Закрепление техники и развития координационных способностей.* Комбинации из освоенных элементов ловля, передача, ведение, бросок.

**Раздел 3. Специальная подготовка тактическая (11 часов):** Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без смены мест. Позиционное нападение со сменой мест. Нападение быстрым прорывом. Личная защита. Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

**Раздел 4. Общефизическая подготовка (5 часов):** Общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе до 10 минут. Прыжки со скакалкой.

Комбинированные беговые и прыжковые упражнения: с перемещением из различных исходных положений, бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег, эстафеты с быстрым изменением характера, прыжки на одной и обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания, прыжки с доставанием предмета, прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой, прыжки вверх с подтягиванием коленей.

**Раздел 5. Соревнования (5 часов):** Участие в соревнованиях по баскетболу в зачет городской спартакиады школьников.

### Календарно-тематический план

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Изучение нового материала	1	История баскетбола	Спортивный зал	текущий
2-3	Сентябрь			Изучение нового материала	2	Техника передвижений.	Спортивный зал	текущий
4-5	Сентябрь - октябрь			Изучение нового материала	2	Техника ведения.	Спортивный зал	текущий
6-7	Октябрь			Изучение нового материала	2	Техника передач.	Спортивный зал	текущий
8-9	Октябрь - ноябрь			Изучение нового материала	2	Техника бросков.	Спортивный зал	текущий
10-11	Ноябрь			Изучение нового материала	2	Правила соревнований.	Спортивный зал	текущий
11-12	Ноябрь-Декабрь			Совершенствование	2	Развитие двигательных качеств.	Спортивный зал	текущий
13-14	Декабрь			Совершенствование	2	Техника бросков.	Спортивный зал	текущий
15-16	Декабрь-январь			Совершенствование	2	Тактика нападения.	Спортивный зал	текущий
17-18	Январь			Совершенствование	2	Техника передвижений.	Спортивный зал	текущий
19-20	Февраль			Совершенствование	2	Техника ведения.	Спортивный зал	текущий

21-22	Февраль-март			Совершенствование	2	Техника передач.	Спортивный зал	текущий
23-24	Март			Совершенствование	2	Техника бросков.	Спортивный зал	текущий
25-26	Март-Апрель			Совершенствование	2	Развитие двигательных качеств.	Спортивный зал	текущий
27-28	Апрель			Совершенствование	2	Тактика нападения.	Спортивный зал	текущий
29 - 30	Апрель			Совершенствование	2	Правила соревнований.	Спортивный зал	текущий
30-33	Май			Совершенствование	3	Развитие двигательных качеств.	Спортивный зал	текущий
34-35	Май			Совершенствование	3	Тактика нападения.	Спортивный зал	текущий
36-37	Май			Изучение нового материала	2	Правила соревнований.	Спортивный зал	текущий

## II. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1. Календарный учебный график

#### 1. Продолжительность и календарные периоды учебного года

1.1. Дата начала учебного года: 1 сентября 2023 года.

1.2. Дата окончания учебных занятий: 24 мая 2024 года.

#### 2. Периоды образовательной деятельности

№	Основные характеристики образовательного процесса	Количество
1	Количество учебных недель	37
2	Количество недель в I полугодии	17
3	Количество недель во II полугодии	20

#### 3. Сроки и продолжительность каникул, нерабочих праздничных, выходных дней

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года:

- осенние каникулы с 28.10.2023 – 06.11.2023 г. (10 календарных дней)
- зимние каникулы с 30.12.2023 – 09.01.2024 г. (11 календарных дней)
- весенние каникулы с 21.03.2024 – 31.03.2024 г. (11 календарных дней)
- летние каникулы с 25.05.2024 – 01.09.2024 г. (98 календарных дней)

3.2. Дополнительные каникулы для 1 класса с 17.02.2024 – 25.02.2024 г. (9 календарных дней)

3.3. Всего продолжительность каникул в течение учебного года:

- 1 классы – 41 календарных дня
- 2 – 11 классы – 32 календарных дня.

## 2.2. Условия реализации программы

**Условия набора детей** - набор в секцию «Спортивные игры» производится по следующим параметрам: наличие базовых знаний и желание учащихся совершенствовать свои умения и навыки в игре баскетбол. Заниматься в секции могут школьники, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям.

**Кадровое обеспечение** - занятия проводятся педагогом дополнительного образования. Образование высшее. Категория: высшая квалификационная категория по должности «учитель физической культуры».

**Материально-техническое обеспечение:**

**Информационное обеспечение:** дидактические и учебные материалы, DVD записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд мирового баскетбола, методические разработки в области баскетбола.

**Дидактическое обеспечение:** таблицы, плакаты, фотографии.

**Техническое обеспечение:** спортивный зал (спортивная площадка) с баскетбольным оборудованием:

1. Щиты с кольцами – 2 комплекта
2. Секундомер
3. Стойки для обводки – 6 шт.
4. Гимнастические скамейки – 4 шт.
5. Гимнастические маты – 3 шт.
6. Скакалки – 15 шт.
7. Мячи набивные различной массы – 15 шт.
8. Мячи баскетбольные – 15 шт.
9. Насос ручной – 2 шт.

### Методические материалы

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (Раздел 3. 5-10 классы. Часть 1. п.1.4.2. Спортивные игры). Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях

2. Программный материал по спортивным играм (5-10 классы) (Часть 111. Внеклассная работа. Спортивные секции). (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2014г).

3. Тематическое планирование уроков физической культуры по разделу учебной программы: «баскетбол» для учащихся 5 -11 классов. Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях

Основными формами обучения игры в баскетбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в баскетбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а так же тестирование, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют одинаковые задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном. При начальном обучении основам игры в баскетбол, используется фронтальный метод обучения, так как он позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. Основными средствами являются физические упражнения, направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты.

## 2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

### Формы подведения итогов реализации программы.

Формами подведения итогов реализации программы являются соревнования различного уровня. Для оценки уровня подготовки обучающиеся сдают:

*Контрольные испытания.*

- броски по кольцу с расстояния 1 м.
- броски со средних и дальних дистанций.
- броски по кольцу после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
- штрафной бросок.

С целью определения уровня усвоения общеразвивающей программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно- воспитательного процесса проводятся контрольные испытания по общефизической и технической подготовке (входящая диагностика и итоговые испытания. Для изучения результативности реализации программы предлагается систематическое отслеживание результатов деятельности ребенка.

Показатели критериев определяются тремя уровнями:

- высокий (В) - 3 балла;
- средний (С) - 2 балла;
- низкий (Н) - 1 балл.

#### 1. Сформированность умений и навыков

Высокий (3 балла): владеет техническими и общефизическими умениями и навыками,

Средний (2 балла): выполняет отдельные технические и общефизические умения и навыки

Низкий (1 балл): слабо сформированы технические и общефизические умения

#### Оценочные материалы. Нормативы технической подготовки

Оценка/уровень	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
Высокий	10	9	20	18
Средний	8	7	23	16
Низкий	7	5	25	12

**Штрафные броски** выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подает игроку его партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведет его к противоположному кольцу и там выполняет 2 броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

**Броски с дистанции** выполняются последовательно от десяти равно удаленных точек, по 2 броска с каждой точки. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии, параллельно лицевой, а также проходят через проекцию центра кольца и по линиям под углами 45° и 90° к щиту. Считается число попаданий.

**Скоростная техника.** При выполнении обводки 3-секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо; если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадет в кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнения в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадет в кольцо. При выполнении ведения следует соблюдать правила игры.

**Передача мяча в стену на скорость.** Встать на расстоянии 2-3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

### Нормативы общефизической подготовки

Оценка/уровень	Прыжок в длину с места	Челночный бег 66,4 м	Бег 30 м	Бег 1000 м
Высокий	190	6,2	4,9	4.10
Средний	180	6,5	5,2	4.20
Низкий	170	6,7	5,4	4.30

Норматив «челночный бег» проводится на баскетбольной площадке. Старт и финиш - с лицевой линии. Спортсмен бежит до линии штрафного броска и возвращается обратно; затем он бежит до центральной линии и возвращается до линии штрафного броска; далее бежит до противоположной линии штрафного броска и возвращается к месту старта.

**Участие в соревнованиях.** Учащиеся принимают участие не менее чем в двух соревнованиях в год и проводят не менее двух матчевых встреч.

### **III. Список литературы.**

1. Каинов А.Н., «Организация работы спортивных секций в школе». - Волгоград, 2014 г.
2. Кофман Л.Б., Погадаев Г.И, «Настольная книга учителя физической культуры». - издательство «Физкультура и спорт», 1998 год;
3. Матвеев А.П., Петрова Т.В., «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре». - издательство «Просвещение», 2000 г.;
4. Примерная программа по баскетболу для детско-юношеских школ. - М. 2004г;
5. Зверев С.М., «Типовые программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ». - М., «Просвещение», 1986 г.