Отдел образования администрации города Судака Республики Крым

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 им. Героя Советского Союза,
маршала А.И. Ерёменко» города Судака Республики Крым

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на педагогическом совете школы. Протокол № 19 от 28.08.2026г.	Заместитель директора по ВР«СОШ № 2» г. Судака _____ О.А. Васильева 28.08.2026г.	Директор «СОШ № 2» г. Судака _____ Н.В. Шишкина Приказ № 182 от 28.08.2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной секции

«БАСКЕТБОЛ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся в кружке: 13-17 лет
Срок реализации программы:
1 год (68 часов).
Уровень: стартовый.
Разработчик:
Ширяев Владимир Андреевич.
Должность:
педагог дополнительного образования.

Судак – 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА……..3
1.1. Пояснительная записка (направленность программы, нормативно-правовая база, цель, задачи, адресат (возраст), актуальность, педагогическая целесообразность, формы обучения, особенности организации образовательного процесса, режим занятий, уровень программы, объем и срок освоения программы, формы аттестации/контроля) ……..……3
РАЗДЕЛ № 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН……10
РАЗДЕЛ № 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК……..11
РАЗДЕЛ № 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ……12
РАЗДЕЛ № 5. ВОСПИТАНИЕ……..14
РАЗДЕЛ № 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ……18
РАЗДЕЛ № 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ (кадровое обеспечение, материально-техническое обеспечение, методическое обеспечение, информационно-телекоммуникационное обеспечение)……19
РАЗДЕЛ № 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ……21
РАЗДЕЛ № 9. ПРИЛОЖЕНИЯ……23
9.1. Оценочные материалы (тестовые вопросы)…….23
9.2. Методические материалы (план-конспект занятия, сценарий воспитательного мероприятия, словарь специальных терминов)……36
9.3. Календарно-тематическое планирование…….42
9.4. Лист корректировки ДОП……..55

РАЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной секции «Баскетбол» (далее – Программа) – модифицированная. Программа разработана в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 14.11.2025 № 954 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол». (Зарегистрирован 16.12.2025 № 84625).

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Программа направлена на повышение уровня физической подготовки, развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, силы, выносливости. Занятия способствуют укреплению здоровья, повышению функциональных возможностей организма. Формируется ценностное отношение к своему здоровью, вырабатывается потребность в регулярных физических нагрузках. Помимо физических способностей, воспитываются волевые качества (дисциплинированность, упорство), морально-этические нормы (честность, уважение к соперникам), а также коммуникативные навыки и умение работать в команде.

Программа разработана на основе следующих **нормативных правовых актов**:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон от 13.07.2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития России до 2030 года и на перспективу 2036 года»;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 №19 СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.02.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Закон Республики Крым от 06.07.2015 г. №131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым» (в ред. От 25.08.2025 №1338-р);

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. №1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование

дополнительных общеобразовательных программ»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 23.01.2026 №АБ-254/06 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура»;

– Устав «СОШ №2» г. Судака (в действующей редакции);

– Положение об организации дополнительного образования в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №2 им. Героя Советского Союза, маршала Е.И. Ерёменко» города Судака Республики Крым;

– Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №2 им. Героя Советского Союза, маршала Е.И. Ерёменко» города Судака Республики Крым;

– ПОЛОЖЕНИЕ о приеме, переводе и отчислении обучающихся в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №2 им. Героя Советского Союза, маршала Е.И. Ерёменко» города Судака Республики Крым;

– другие Федеральные законы и нормативно-правовые акты Российской Федерации и Республики Крым, нормативные правовые акты муниципального округа Судак в сфере дополнительного образования.

Цель: создание условий для физического развития детей, укрепления их здоровья, личностного развития, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом через игру «баскетбол».

Задачи образовательные (предметные):

В рамках технической подготовки:

Освоить базовые технические приёмы: стойки игрока, перемещения, подачи, верхние и нижние передачи, атакующие удары, блокирование.

Научиться правильно выполнять и сочетать технические элементы в игровой деятельности.

В рамках тактической подготовки:

Изучить основы индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите.

Понять принципы игровых амплуа и взаимодействия между игроками.

Научиться адаптироваться к меняющимся условиям игры и принимать решения в реальном времени.

В области знаний:

Познакомиться с историей развития баскетбола, его правилами и терминологией.

Изучить основы гигиены, питания, профилактики травматизма и оказания первой доврачебной помощи.

Освоить базовые принципы организации самостоятельных занятий, включая подбор упражнений и контроль нагрузки.

Изучить основы судейства соревнований.

В практической плоскости:

Научиться применять полученные знания и навыки в учебной и соревновательной деятельности.

Развить навыки организации и проведения подвижных игр с элементами баскетбола, а также элементарного судейства.

Сформировать умение анализировать свои действия, находить ошибки и своевременно их исправлять.

Задачи развивающие (метапредметные):

Содействие гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья. Программа предусматривает укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости.

Развитие координационных способностей и точности движений. Баскетбол требует сложной координации между звеньями тела. Упражнения на координацию (например, передачи мяча в движении, эстафеты с элементами баксетбола) помогают совершенствовать точность и своевременность движений.

Формирование игрового мышления и тактических умений. Программа развивает способность анализировать ситуацию на площадке, принимать самостоятельные решения в условиях ограниченного времени, понимать взаимодействие игроков в команде (индивидуальные, групповые и командные тактические действия).

Развитие концентрации внимания и быстроты реакции. Упражнения, моделирующие игровые ситуации (например, приём мяча после рывка, реакция на подачу), тренируют способность быстро обрабатывать информацию и реагировать на действия соперника.

Стимулирование мотивации к систематическим занятиям спортом. Программа направлена на формирование устойчивого интереса к баскетболу и физической активности в целом, помогает осознать ценность здорового образа жизни.

Развитие навыков самоконтроля и самооценки. Обучающиеся учатся контролировать своё физическое состояние (например, по частоте сердечных сокращений), анализировать свои успехи и ошибки, планировать нагрузку и отдых.

Развитие коммуникативных навыков и умения работать в коллективе. Командный характер игры требует взаимодействия с партнёрами, умения договариваться, поддерживать друг друга, что способствует формированию навыков сотрудничества, социальной активности и умения разрешать конфликты.

Развитие способности управлять эмоциями и сохранять самообладание в стрессовых ситуациях.

Формирование навыков организации активного досуга с использованием элементов баскетбола (например, проведение мини-турниров, эстафет).

Развитие первичных навыков судейства и помощи в организации игр (например, выполнение обязанностей судьи-секретаря или помощника судьи на учебных занятиях).

Задачи воспитательные (личностные):

Формирование нравственных и волевых качеств.

Развитие коммуникативных навыков и сплочение коллектива.

Патриотическое и гражданское воспитание.

Пропаганда здорового образа жизни.

Профилактика асоциального поведения.

Развитие навыков самопознания и саморегуляции:

Формирование организаторских навыков.

Адресат программы: обучающиеся 13-17 лет.

Для занятий волейболом организовано две возрастные группы: 13-15 лет и 15-17 лет.

Возраст 13–15 лет особенный для занятий баскетболом. В этот период у подростков есть хороший потенциал для развития нужных качеств, а также происходят серьёзные физиологические изменения, которые требуют особого подхода от тренера, который учитывает физиологические и психологические особенности детей и их поведенческие черты. При этом делается акцент на разносторонней подготовке, регулируются типы нагрузок, используются подводящие и имитационные упражнения. Возраст 13–15 лет — это время, когда закладывается база для дальнейшего спортивного роста. Задача — грамотно направить потенциал подростка, сочетая обучение с адекватными нагрузками и вниманием к эмоциональному состоянию.

Возраст 15–17 лет — это период, когда организм готов к целенаправленному развитию ряда физических качеств, но требует внимательного и грамотного подхода к тренировочному процессу. Также важным для внимания остаются физиологические особенности возраста (активный рост и развитие всех жизненно важных систем человека) и психологическое состояние детей (продолжение полового созревания, острая реакция на победы и поражения), организм активно перестраивается, что открывает широкие возможности для целенаправленного развития физических качеств и технических навыков. В этот период создаётся прочная база для дальнейшего роста спортивного мастерства.

Актуальность.

Актуальность программы заключается в укреплении здоровья обучающихся, так как игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивает основные физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки. Занятия баскетболом способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма, при этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни. Соревновательный характер, высокая эмоциональность, самостоятельность действий делают баскетбол эффективным средством активного отдыха.

Кроме того, коллективный характер баскетбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый участник игры может проявлять свою самостоятельность, инициативу, но вместе с тем, игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Кроме этого, от играющих в баскетбол требуется быстрое принятие самостоятельных решений, умение анализировать ошибки.

Благодаря разнообразной двигательной деятельности, широким координационным и атлетическим возможностям, занимающиеся баскетболом быстрее и успешнее осваивают жизненно важные двигательные умения и навыки, в том числе и трудовые.

Педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность программы по баскетболу заключается в её способности комплексно решать задачи физического развития, воспитания личностных качеств и социализации обучающихся:

- позволяет детям организовать свое свободное время;
- улучшает пространственную ориентацию и реакцию на зрительные сигналы;
- способствует гармоничному физическому развитию;
- формирует навыки коллективного взаимодействия;
- воспитывает ответственность за свои действия;
- формирует целеустремлённость, настойчивость и смелость;
- принцип постепенности и последовательности позволяет системно осваивать технические и тактические приёмы, ведущие к повышению результата.

Форма обучения: очная, групповая.

Особенности организации образовательного процесса: занятия проводятся в осеннее и весеннее время на спортивном стадионе, для теоретических занятий используется учебный кабинет; в зимнее время занятия проводятся в спортивном зале школы. На занятиях используется спортивный инвентарь, необходимый для спортивной игры «Баскетбол».

Наполняемость одной группы: до 36 человек.

В группу зачисляются обучающиеся, желающие заниматься в спортивной секции «Баскетбол», при наличии справки, разрешающей занятия по данному направлению деятельности. Зачисление в группы производится по личному заявлению родителей (законных представителей). В группе одновременно могут обучаться и мальчики, и девочки.

Группа занятий физической культурой: основная.

К занятиям в кружке на добровольной основе привлекаются учащиеся в возрасте от 13 до 17 лет.

Режим занятий.

Учебный год в учреждении начинается 01 сентября и заканчивается 26 мая.

Продолжительность учебного года – 34 учебные недели.

Учебные занятия в секции проводятся в свободное от уроков время. Занятия проводятся в очной форме по расписанию, утвержденному директором «СОШ № 2» г. Судака.

Расписание занятий составляется в соответствии с СанПИН (в действующей редакции).

Продолжительность одного учебного (академического) часа составляет 45 минут.

Еженедельная нагрузка на одного обучающегося составляет:

13-15 лет – 2 часа:

15-17 лет – 2 часа.

Учебная нагрузка:

Группа 13-15 лет: 2 раза в неделю по 1 часу. Занятия очные, групповые.

Группа 15-17 лет: 2 раза в неделю по 1 часу. Занятия очные, групповые.

Уровень программы: стартовый.

Это этап обучения, на котором закладывается фундамент для дальнейшего спортивного роста.

Объем и срок освоения программы.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения – 68 часов (34 учебные недели).

Педагог может увеличивать объёмы учебных нагрузок и продолжительность занятий в период осенних, зимних и весенних каникул. Как правило, это время используется для подготовки к товарищеским встречам по баскетболу и их проведению.

Формы аттестации.

Форма аттестации: без отметок.

В ходе реализации данной Программы проводится входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль формирования знаний, умений и навыков. Оценка умений и навыков имеет словесный рекомендательный характер, а также отражается в индивидуальных портфолио достижений обучающихся и диагностических картах.

Входной контроль проводится при наборе групп на начальном этапе их формирования. Изучаются отношение ребёнка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребёнка.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия.

Промежуточный контроль осуществляется во время приема контрольных упражнений, во время проведения тренировочных игр и соревнований.

В конце каждого года обучения подводятся итоги, определяется уровень подготовленности воспитанников кружка, составляется анализ работы кружка и таблица достижений обучающихся.

Входная диагностика: анкетирование, собеседование.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, беседа, анализ игровых ситуаций, решение тактических задач, участие в учебных играх.

Промежуточный контроль: сдача контрольных нормативов.

Итоговый контроль: тестирование, участие в товарищеских играх, участие в различных этапах соревнований «Локобаскет», участие в различных этапах соревнований школьных спортивных клубов.

Форма определения итогов реализации программы: участие в товарищеских играх, участие в различных этапах соревнований «Локобаскет», участие в различных этапах соревнований школьных спортивных клубов.

РАЗДЕЛ № 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

Для группа 13-15 лет и для группы 15-17 лет

№ п/п	Содержание	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
1.	**Вводный инструктаж по ТБ. Теоретическая подготовка**	**3**	3	-	Входной контроль: собеседование, тестирование.
2.	**Техническая подготовка**	**27**	4	23	Промежуточный контроль
2.1.	Имитационные упражнения без мяча	2	1	1	Текущий контроль
2.2.	Ловля и передача мяча	6	1	5	Текущий контроль
2.3.	Ведение мяча	9	1	8	Текущий контроль
2.4.	Броски мяча	10	1	9	Текущий контроль
3.	**Тактическая подготовка**	**14**	2	12	Промежуточный контроль
3.1.	Действия игрока в защите	5	1	4	Текущий контроль
3.2.	Действия игрока в нападении	9	1	8	Текущий контроль
4.	**Физическая подготовка**	**18**	2	16	Промежуточный контроль
4.1.	Общая подготовка	9	1	8	Текущий контроль
4.2	Специальная подготовка	9	1	8	Текущий контроль
5.	**Участие в соревнованиях и товарищеских играх**	**6**	-	6	Итоговый контроль
	Всего:	**68**	17	51	

РАЗДЕЛ № 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Всего занятий в неделю
1 год	**01.09.2026**	**26.05.2027**	**34**	**68**	**68**	**2 раза по 1 часу**

Сроки начала и окончания учебного года:

- начало 2026/2027 учебного года - **01 сентября 2026 года;**
- окончание 2026/2027 учебного года - **26 мая 2027 года.**

Продолжительность учебного года, четвертей:

УЧЕБНЫЕ ПЕРИОДЫ	НАЧАЛО ЧЕТВЕРТИ	ОКОНЧАНИЕ ЧЕТВЕРТИ
1-11 КЛАССЫ		
1 четверть	01.09.2026 года	23.10.2026 года
2 четверть	05.11.2026 года	30.12.2026 года
3 четверть	11.01.2027 года	26.03.2027 года
4 четверть	05.04.2027 года	26.05.2027 года

В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с планом учреждения. Также учитывается проведение в каникулярное время запланированных товарищеских встреч и соревнований различного уровня.

РАЗДЕЛ № 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел основы знаний:

Вводное занятие, которое представляет собой инструктаж по технике безопасности в различных ситуациях.

1. ***История развития обучение баскетбола.*** В данном разделе изучается история происхождения и развития баскетбола в современном мире.

Раздел двигательные умения и навыки:

2. ***Общая и специальная физическая подготовка,*** направления на укрепление здоровья занимающихся, их закаливание, развитие разносторонних физических способностей, повышение работоспособности организма.

· Бег на определенные дистанции

· Силовые упражнения с партнёром

· Прыжки

· Подвижные игры

3.***Специальная физическая подготовка*** – основывается на базе общей, достаточно высокой физической подготовленности занимающихся и предполагает развитие таких физических качеств, специальные для баскетболиста как сила.

4.***Обучение и совершенствование техники различных передач мяча*** партнёру.

5.***Обучение и совершенствование навыков бросков мяча*** в движении без сопротивления и с сопротивлением являются основной техникой игры в баскетбол.

6.***Тактика игры в баскетбол*** понимаются целесообразные индивидуальные и групповые действия баскетболистов, выполняющих определенные игровые функции.

7. ***Закрепление и зачётные сдачи*** в этом разделе осуществляются контрольные нормативы по пройденным темам – передачи мяча партнеру, броски.

8. ***Закрепление пройденных тем*** и применение их на практике изученного материала и сдач контрольных нормативов проводятся учебные игры между собой.

9. ***Товарищеские игры (соревнования)*** в этом разделе осуществляются выезды на различные турниры по баскетболу, где занимающиеся соревнуются с другими командами.

10. ***Контрольные нормативы сдача*** контрольных тестов по ОФП, СФП.

11. ***Итоговое занятие*** проводится подведение итогов роботы за год и составление тренировочного плана на лето.

Теоретическая подготовка

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка.

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками,

обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

1.2. Подвижные игры.
1.3. Эстафеты.
1.4. Полосы препятствий.
1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка.

2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча.

1.1. Прыжок вверх - вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:

- с разной скоростью;
- в одном и в разных направлениях.

1.3. Передвижение правым – левым боком.
1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
1.5. Остановка прыжком после ускорения.
1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
1.7. Остановка в два шага после ускорения.
1.8. Повороты на месте.
1.9. Повороты в движении.
1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
2.3. Двумя руками от груди в движении.
2.4. Передача одной рукой от плеча.
2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
2.6. То же после ведения мяча.
2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
2.10. То же в движении.
2.11. Ловля мяча после полуотскока.
2.12. Ловля высоко летящего мяча.
2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

3.1. На месте.
3.2. В движении шагом.
3.3. В движении бегом.
3.4. То же с изменением направления и скорости.
3.5. То же с изменением высоты отскока.
3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.

3.8. Перевод мяча с правой руки на левую руку и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
4.9. В прыжке одной рукой с места.
4.10. Штрафной.
4.11. Двумя руками снизу в движении.
4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
4.13. В прыжке со средней дистанции.
4.14. В прыжке с дальней дистанции.
4.15. Вырывание мяча. 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

РАЗДЕЛ № 5. ВОСПИТАНИЕ

Воспитательный потенциал программы «Баскетбол» заключается в комплексном воздействии на личность ребёнка: развитии не только физических, но и социальных, нравственных, волевых и коммуникативных качеств. Эта физкультурно-спортивная деятельность создаёт условия для социализации, формирования ценностных ориентиров и активной жизненной позиции.

Цель:

Всестороннее развитие личности ребёнка, укрепление его здоровья, формирование устойчивых мотивов и потребностей в регулярных занятиях спортом, а также развитие социальных, нравственных и волевых качеств.

Задачи:

В рамках духовно-нравственного и патриотического воспитания:

- Привить чувство коллективизма, товарищества, уважения и взаимопомощи.
- Сформировать патриотические чувства через занятия спортом.

В сфере формирования здорового образа жизни:

- Пропагандировать здоровый образ жизни.
- Способствовать профилактике вредных привычек.

В развитии волевых и нравственных качеств:

- Воспитать дисциплинированность, ответственность, настойчивость.
- Сформировать умение преодолевать трудности.
- Развивать смелость, находчивость, смекалку.
- В формировании навыков работы в коллективе и организаторских способностей:
- Научить действовать в команде.
- Сформировать организаторские навыки.
- Вовлечь в деятельность, связанную с организацией занятий, соревнований, судейства.

В социализации и адаптации:

- Социализировать и адаптировать обучающихся в жизни общества.
- Создать условия для личностного развития, профессионального самоопределения.

В работе с семьёй:

- Организовать взаимодействие с родителями (законными представителями) для совместного решения проблем личностного развития детей.

Направления работы:

1. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Обучение основам гигиены, режима дня, питания и самоконтроля.
- Профилактика вредных привычек и асоциального поведения.

2. Воспитание морально-волевых качеств.

- Развитие целеустремлённости, настойчивости, самодисциплины.
- Воспитание смелости, решительности, умения преодолевать трудности.
- Формирование умения управлять эмоциями, сохранять самообладание в сложных ситуациях.

3. Развитие коммуникативных навыков и чувства коллективизма.

- Обучение взаимодействию в команде, взаимовыручке и поддержке.
- Развитие умения работать в коллективе, распределять роли и обязанности.
- Воспитание толерантности и уважительного отношения к соперникам и судьям.

4. Патриотическое и гражданское воспитание.

- Привитие любви к Родине через спортивные достижения и историю волейбола.
- Формирование гражданской позиции, ответственности перед коллективом и обществом.

5. Профориентационная работа.

- Знакомство с профессиями в сфере спорта (тренер, судья, спортивный менеджер).
- Помощь в профессиональном самоопределении.

6. Организация активного досуга и социально значимой деятельности.

- Проведение дней здоровья, товарищеских встреч, турниров.
- Поддержка детских инициатив, направленных на проведение мероприятий.
- Взаимодействие с семьями обучающихся для совместного решения воспитательных задач.

Ожидаемые конечные результаты:

Личностные результаты.

Сформированность интереса к спорту и здоровому образу жизни. У обучающихся появляется устойчивая мотивация к регулярным тренировкам и понимание ценности здоровья.

Развитие морально-волевых качеств. Воспитываются дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении целей, смелость и настойчивость.

Умение управлять эмоциями. Обучающиеся учатся сохранять самообладание в сложных игровых ситуациях и стрессовых условиях.

Навыки работы в коллективе. Формируются умения сотрудничать, оказывать взаимопомощь, проявлять уважение к партнёрам и соперникам, развивать чувство товарищества.

Организаторские способности. Обучающиеся получают начальные навыки судейства, могут помогать в организации занятий и соревнований.

Гражданско-патриотическое воспитание. В ряде программ закладываются основы патриотических чувств, любви к Родине.

Метапредметные результаты.

Умение планировать и организовывать свою деятельность. Обучающиеся учатся распределять нагрузку, ставить цели, контролировать выполнение задач и оценивать результаты.

Навыки самоконтроля и самооценки. Развивается способность анализировать свои действия, находить ошибки и определять пути их исправления.

Коммуникативные навыки. Формируется умение вести диалог, аргументировать свою позицию, разрешать конфликты конструктивно, работать в группе.

Умение характеризовать физическую нагрузку. Обучающиеся осваивают способ оценки интенсивности нагрузки по частоте пульса и учатся регулировать её напряжённость.

Социализация и общее развитие

Социальная адаптация. Расширяется сфера общения, приобретается опыт взаимодействия с окружающим миром.

Формирование культуры безопасного поведения. Обучающиеся осознают важность соблюдения техники безопасности на тренировках и в повседневной жизни.

Установка на здоровый образ жизни. У обучающихся формируется ответственное отношение к своему здоровью, неприятие вредных привычек.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседы о здоровом образе жизни, дисциплине; о спортивной этике; гигиене спортсмена. Тренинги. Ролевая игра. Встречи с интересными людьми. Дискуссии.

Воспитательные мероприятия по количеству участников: индивидуальные, групповые, массовые – в случае проведения соревнований.

Методы воспитательного воздействия: использование личного примера, применение игровых методов, рефлексия, турнирная деятельность.

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Мероприятия	Срок выполнения	Ответственный
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий в спортивной секции «Баскетбол»	Сентябрь, первое занятие	Педагог дополнительного образования
2.	Инструктаж по правилам поведения во время звучания различных видов тревог: правила эвакуации, расположение укрытий, антитеррористическая безопасность	Сентябрь, первое занятие	Педагог дополнительного образования
3.	Беседа «Вредным привычкам сажем «НЕТ!»	Ежемесячно	Педагог дополнительного образования
4.	Беседа «Буллинг вне игры»	По учебным четвертям	Педагог-психолог
5.	Беседа «Гигиена спортсмена и не только»	Ежемесячно	Педагог дополнительного образования
6.	Беседа «О спортивной форме: выбираем, носим, бережём»	Сентябрь	Педагог дополнительного образования
7.	Беседа «Здоровый образ жизни – одно из правил долголетия»	Ежемесячно	Педагог дополнительного образования
8.	Просмотр видеороликов «Знаменитые баскетболисты и их достижения»	Ноябрь	Педагог дополнительного образования
9.	Оформление уголка «Баскетбол»	Октябрь	Педагог дополнительного образования
10.	Родительское собрание №1 «Организация учебно-воспитательного процесса в спортивной секции «Баскетбол» на учебный год»	Сентябрь	Педагог дополнительного образования
11.	Родительское собрание № 2 «Об условиях участия в соревнованиях различного уровня»	Ноябрь	Педагог дополнительного образования
12.	Родительское собрание № 3 «Главное, чтобы дисциплина не хромала!»	Февраль	Педагог дополнительного образования
13.	Родительское собрание № 4 «О спортивных итогах учебного года»	Май	Педагог дополнительного образования
14.	Беседа «Дисциплина – залог успеха»	Декабрь	Педагог дополнительного образования
15.	Тренинг «Быть командой»	Апрель	Педагог-психолог
16.	Участие в товарищеских встречах	В течение учебного года	Педагог дополнительного

			образования
17.	Участие в этапах баскетбольных соревнований «Локобаскет», «Кэс-баскет», соревнования школьных спортивных клубов	В течение учебного года	Педагог дополнительного образования
18.	Участие в муниципальных соревнования, посвященных тематическим датам	В течение учебного года	Педагог дополнительного образования
19.	Разработка макета флага спортивной секции	Декабрь	Педагог дополнительного образования
20.	Встреча с выпускниками спортивной секции	Февраль	Педагог дополнительного образования
21.	Ролевая игра «Я судья соревнований»	Март	Педагог дополнительного образования
22.	Участие в товарищеской встрече по уличному баскетболу	Май-июнь	Педагог дополнительного образования
23.	Беседа «У баскетбола каникул не бывает!»	Май	Педагог дополнительного образования
24.	Практикум «Оказание первой доврачебной помощи»	В течение года	Медсестра

РАЗДЕЛ № 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Должны знать:

- историю зарождения и развития баскетбола;
- основные элементы игры: стойка, остановки, повороты, ловля и передача мяча, ведение, броски (одной и двумя руками, с места и в движении);
- правила игры в баскетбол и правила проведения соревнований;
- жесты баскетбольного судьи;
- правила техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях;
- правила личной гигиены, гигиенические требования к спортивной форме и инвентарю;
- основы самоконтроля: как отслеживать своё самочувствие и функциональное состояние организма во время нагрузок;
- сведения о современных выдающихся баскетболистах и командах;
- основы тактики: индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.

Должны уметь:

- выполнять технические приёмы (стойка, передвижения, ловля и передача мяча, ведение, броски) в стандартных и постепенно усложняющихся условиях;
- применять изученные тактические комбинации (например, «передай и выйди») в учебной игре;
- играть в баскетбол, соблюдая основные правила;
- проводить специальную разминку перед тренировкой;
- контролировать и регулировать физическую нагрузку;
- демонстрировать жесты судьи и в ряде программ — выполнять простейшие элементы судейства (помогать в организации игр, заполнять протокол);
- оказывать первую помощь при лёгких травмах;
- анализировать свои действия: находить ошибки в технике или тактике и корректировать их.

РАЗДЕЛ № 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, работающий по данной программе, должен обладать компетенциями в соответствии с требованиями профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (в действующей редакции).

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивном зале школы. Спортивный зал 12*24, подготовленный к учебному процессу в соответствии с требованиями и нормами СанПИНа (в действующей редакции).

Спортивное оборудование: шведская стенка, турники навесные; маты гимнастические, мячи набивные, баскетбольные кольца.

В осенне-весенний период занятия проводятся на школьном стадионе на специально оборудованной баскетбольной площадке. Площадка имеет специальное искусственное покрытие.

Инвентарь:

Мяч баскетбольный – 20 шт
Свисток – 3 шт
Секундомер – 2 шт
Фишки (конусы) – 15 шт
Корзина для мячей – 1 шт
Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами – 5 шт
Скамейка гимнастическая – 2 шт
Гантели массивные 1 кг – 20 шт
Скакалка – 1 шт
Утяжелитель для ног – 6 шт
Утяжелитель для рук – 6 шт
Сетка для переноски мячей – 2 шт
Манишка (2 цвета по 14 штук) – 28 шт

Методическое обеспечение

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу в день (два дня в неделю).

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеозаписи игр, видеофильмы о жизни известных баскетболистов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

1. в целом;
2. по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: очная, групповая.

Информационно-телекоммуникационное обеспечение

Правила игры в баскетбол.
https://files.russiabasket.org/docs/2026/726392b2-406e-d0d4-f3d5-3a224df74f9e.pdf
Базовые упражнения по баскетболу (видеоуроки):
https://yandex.ru/video/preview/8033643934203399693
https://yandex.ru/video/preview/13095708740747361094
https://yandex.ru/video/preview/13856265673207613562
https://yandex.ru/video/preview/13291976053126929779
https://yandex.ru/video/preview/16348731136511712506

Правила игры в баскетбол:
https://base.garant.ru/413287541/?ysclid=mwq77oskup13035245

Известные баскетболисты России (ознакомительное видео):
https://yandex.ru/video/preview/13308107132556523166
https://yandex.ru/video/preview/6083794041594118863

РАЗДЕЛ № 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

Для педагога:

1.Епифанова, Н. Н. «Баскетбол как спортивная игра и средство физического воспитания в высшем учебном заведении». — Саратов: Саратовский государственный технический университет, 2010. — 107 с.

2.Нестеровский, Д. И. «Баскетбол: Теория и методика обучения». — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2012. — 312 с.

3.«Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения» / Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. — М.: Издательский центр «Академия», 2011. — 218 с..

4.Рассказова, А. А. «Баскетбол» / А. А. Рассказова, И. В. Гуляев. — Вологда: ВоГТУ, 2015. — 106 с.

Для обучающихся:

1.Баскетбол: учебник для вузов физической культуры / под ред. Ю. М. Портнова. — М.: Советский спорт, 2012. — 464 с..

2.Спортивные игры: техника, тактика обучения: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. — М.: Издательский центр «Академия», 2011. — 218 с.

3.Нестеровский, Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д. И. Нестеровский. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2012. — 312 с..

4.Рассказова, А. А. Баскетбол: учеб. пособие / А. А. Рассказова, И. В. Гуляев; Федер. агентство по образованию, Волог. гос. техн. ун-т. — Вологда: ВоГТУ, 2015. — 106 с..

5.Костикова, Л. В. Баскетбол: Азбука спорта / Л. В. Костикова. — М.: Физическая культура и спорт, 2012. — 400 с..

6.Лихачев, О. Е. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе: учебное пособие / О. Е. Лихачев, С. Г. Фомин, С. В. Чернов, А. В. Мазурина. — Москва-Смоленск, 2019. — 168 с.

Для родителей:

1.Гомельский Е. Я. «Энциклопедия баскетбола». М.: Гранд Фаир, 2010. Одна из ключевых книг того периода. В ней подробно разобраны не только технические элементы, но и психология игры, работа тренера — полезно, чтобы лучше понимать, чем занимается ребёнок и как ему помочь.

2.Гомельский Е. Я. «Управление командой». М.: Гранд Фаир, 2010. Если вас интересует не только физическая, но и организационная сторона (как выстроить отношения в детской группе, как мотивировать ребёнка, как распределить роли), эта книга даст много практических инструментов.

3.Гомельский Е. Я. «Баскетбольные истории». М.: Гранд Фаир, 2010. Сборник реальных историй из тренерской практики. Помогает увидеть, как те или иные принципы работают в жизни, и даёт живые примеры для обсуждения с ребёнком.

4.Гомельский Е. Я. «Тактические взаимодействия в баскетболе». М.: Гранд Фаир, 2010. Если ребёнок уже показывает хорошие технические навыки, но есть пробелы в понимании игры — эта книга поможет разобраться в тактике и научить ребёнка мыслить на площадке.

5.Гомельский Е. Я. «Игра гигантов». М.: Вагриус, 2010 (переиздание более раннего издания). Книга известного специалиста, которая даёт широкий контекст: история баскетбола, ключевые фигуры, философские и психологические аспекты игры.

6.Гомельский Е. Я. «Энциклопедия баскетбола». М.: Гранд Фаир, 2010. Переиздание классического труда, которое в тот период оставалось настольной книгой для многих тренеров и родителей.

РАЗДЕЛ № 9. ПРИЛОЖЕНИЯ.

9.1. Оценочные материалы.

Входная диагностика

Анкета
для определения уровня мотивации к занятиям баскетболом

№	Утверждение	Да	Иногда	Нет
1	Я всегда с нетерпением жду секционных занятий, потому что они укрепляют мое здоровье			
2	Я всегда нахожу возможность заниматься баскетболом, потому что движение доставляет мне радость			
3	В любых обстоятельствах я стараюсь регулярно заниматься физической культурой			
4	Мне приходится ходить на секцию баскетбол, чтобы получить оценку по физической культуре			
5	Занятия волейболом мне нужны для того, чтобы в дальнейшем использовать эти знания, навыки и умения в жизни			
6	В спортивной секции есть все условия для общения с интересными людьми			
7	Участвуя в соревнованиях, я стремлюсь стать победителем			
8	Интерес к секционным занятиям у меня не пропадает даже во время школьных каникул			
9	Мне нравятся физкультурно-спортивные праздники и соревнования, связанные с борьбой и соперничеством			
10	Я получаю удовольствие от занятий баскетболом			
11	Я думаю, что все оздоровительные мероприятия - физкультминутки, подвижные перемены, спортивные часы – должны содержать разные игры и развлечения.			
12	Я хочу заниматься баскетболом, потому что это модно и престижно среди молодежи.			
13	Самостоятельные занятия физическими упражнениями уже стали моей привычкой			
14	Занятия физическими упражнениями мне приятны, улучшают моё настроение и самочувствие.			
15	Дополнительные занятия физическими упражнениями полезны для здоровья, потому что школьных уроков физической культуры недостаточно.			
16	На секционных занятиях я воспитываю в себе смелость, решительность и самодисциплину.			
17	Во время каникул мне нравится много двигаться и заниматься физическими упражнениями.			
18	Даже в каникулы я заставляю себя уделять время занятиям физическими упражнениями.			
19	Чтобы занятия физической культурой и спортом во время каникул не прерывались меня обязательно должен кто-то контролировать			

20	Я стараюсь накопить опыт физкультурно-оздоровительной работы, чтобы использовать его в будущей жизни.			
21	Возможность общения с друзьями во время секционных занятий доставляет мне большое удовольствие.			
22	На соревнованиях мне нужна только победа			
23	Я всегда интересуюсь физкультурно-спортивной работой и принимаю в ней участие			
24	Мне нравится, что в занятиях по баскетболу есть элементы соперничества			
25	Мне хочется заниматься физическими упражнениями, чтобы красиво двигаться, иметь стройную фигуру и сильные мышцы			
26	Секционные занятия по волейболу привлекают меня играми и развлечениями.			
27	Я участвую в спортивных соревнованиях только тогда, когда в них участвуют мои знакомые и друзья.			
28	Активный отдых в выходные дни, прогулки и подвижные игры – это моя привычка.			
29	Физкультура и спорт, подвижные игры на досуге и в каникулы помогают мне оставаться радостным, бодрым, веселым.			

Ключ

Да – 2 б.

Иногда – 1 б.

Нет – 0 б.

Высокая мотивация – 46-58 б.

Средняя мотивация – 22-45 б.

Низкая мотивация – 0-21 б.

Вопросы для собеседования.

1. Кто порекомендовал записаться в спортивную секцию «Баскетбол»?
2. Имеется ли опыт игры в баскетбол?
3. Играет ли кто-то из семьи или знакомых в баскетбол?
4. Чего хочешь достичь от занятий в спортивной секции?
5. Чем привлекает баскетбол?
6. Какими качествами должен обладать спортсмен?
7. Важна ли дисциплина при тренировках?

Текущий контроль.

Правила проведения учебных игр.

Правила баскетбола — это свод норм, которые регулируют проведение игры, поведение игроков и работу судейской бригады. Действующие правила утверждены с учётом норм Международной федерации баскетбола (ФИБА) и действуют на территории России.

Цель игры

Две команды по 5 игроков стремятся забросить мяч в корзину соперника и не допустить гола в свои ворота. Побеждает команда, набравшая больше очков по итогам игрового времени.

Площадка и оборудование

Игровая площадка — это плоская твёрдая поверхность без препятствий. Стандартные размеры: 28 метров в длину и 15 метров в ширину (измеряются от внутренних краёв ограничивающей линии).

На площадке размечаются ключевые зоны и линии:

Ограничивающая линия (лицевые и боковые линии).

Центральная линия и центральный круг (радиус 1,8 м).

Полукруги штрафного броска (радиус 1,8 м).

Линия штрафного броска (длина 3,6 м, дальний край находится на расстоянии 5,8 м от лицевой линии).

Трёхочковая дуга (радиус 6,75 м).

Все линии должны быть контрастного цвета, шириной 5 см и хорошо видимыми.

Состав команд и замены

В каждой команде на площадке одновременно находится 5 игроков. Запасные могут заменяться в ходе матча.

Игровое время

Основное время состоит из четырёх четвертей по 10 минут каждая. Перерыв между половинами (вторым и третьим периодами) — 15 минут. Между четвертями — перерывы по 2 минуты.

Если по итогам четырёх четвертей счёт равный, назначается овертайм (дополнительный период) продолжительностью 5 минут.

Ведение мяча и нарушения

Мячом играют только руками: его можно вести, передавать, бросать или отбивать. Запрещено:

бежать с мячом;

умышленно ударять по мячу ногой, кулаком или головой (случайное касание не считается нарушением);

блокировать мяч ногой.

Пробежка — совершение более двух шагов с мячом в руках без ведения.

Правило трёх секунд запрещает игроку нападения находиться в ограниченной зоне (под кольцом соперника) более трёх секунд.

Правила времени владения мячом:

5 секунд — время на вбрасывание из-за боковой линии.

8 секунд — время на перевод мяча из тыловой зоны в передовую.

24 секунды — максимальное время на атаку.

Фолы

Фол — это нарушение правил, связанное с неправильным контактом с соперником. Виды фолов:

Персональный — контакт при борьбе за мяч.

Грубый — неправильный контакт, нарушающий дух спортивного соперничества (например, безрассудное действие, которое может привести к травме).

Технический — проявление неуважения к сопернику.

Дисквалифицирующий — игрок удаляется с площадки до конца игры.

Количество штрафных бросков зависит от ситуации:

Если фол совершён на игроке, не находящемся в процессе броска, — 2 штрафных броска.

Если фол совершён на игроке в процессе броска и мяч заброшен — попадание засчитывается плюс 1 штрафной бросок.

Если фол совершён на игроке в процессе броска и мяч не заброшен — 2 или 3 штрафных броска.

Игрок дисквалифицируется на оставшуюся часть игры при получении двух технических фолов категории 1, двух грубых фолов или комбинации из одного технического и одного грубого фола.

Другие важные моменты

Вбрасывание. Выполняется в начале четвертей и овертаймов, после штрафных бросков, забитых мячей и нарушений.

Тайм-ауты. Каждая команда имеет право на определённое количество тайм-аутов в игре.

Судейская бригада. Игру контролируют судьи, судьи-секретари и комиссар (если присутствует).

Нормативы для текущего и промежуточного контролей.

Нормативы для текущего контроля

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
Для спортивных дисциплин "баскетбол", "баскетбол 3х3"						
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более		не более	
			10,5	10,8	10,3	10,6
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее	
			110	105	130	120
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Прыжок вверх с места со взмахом руками	см	не менее		не менее	
			20	16	22	18
2.2.	Бег на 14 м	с	не более		не более	
			3,5	4,0	3,4	3,9

Итоговый контроль.

Уровень практической подготовки определяется результатами участия в составе команды в соревнованиях различных уровней.

Теоретическая подготовка.

Вопросы по теоретической подготовке:

Тесты по правилам игры в баскетбол.

1. Размеры баскетбольной площадки (м):

а) 26×14; б) 28×15; в) 30×16.

2. Ширина линий разметки баскетбольной площадки (см):

а) 5; б) 6; в) 8.

3. Диаметр центрального круга площадки (см):

а) 300; б) 360; в) 380.

4. Температура в зале при проведении соревнований:

а) 5 – 30°С; б) 15 – 30°С; в) 10 – 25°С.

5. Высота баскетбольной корзины (см):

а) 300; б) 305; в) 307.

6. Окружность мяча (см):

а) 60 – 65; б) 70 – 75; в) 75 – 78.

7. Размеры баскетбольного щита (см):

а) 120×180; б) 115×185; в) 105×180.

8. Вес мяча (г):

а) 600 – 620; б) 650 – 700; в) 600 – 650.

9. Во время игры на площадке с одной стороны может находиться (игроков):

а) 4; б) 5; в) 6.

10. Какой должна быть высота от пола до щита (см):

а) 270; б) 290; в) 275.

11. Майки игроков должны быть пронумерованы:

а) от 1 до 10; б) от 4 до 15; в) от 1 до 50.

12. В каком году появился баскетбол как игра:

а) 1819; б) 1899; в) 1891.

13. Кто придумал баскетбол как игру:

а) Д.Формен; б) Д.Фрейзер; в) Д.Нейсмит.

14. Капитан команды должен отличаться от других игроков:

а) другим цветом номера на груди;

б) иметь на майке полоску, подчеркивающую номер на груди;

в) иметь повязку на руке.

15. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах?

а) Разрешается;

б) не разрешается;

в) разрешается под собственную ответственность.

16. Запрашивать тайм-ауты и замены имеет право:

а) только тренер команды;

б) только главный тренер и капитан;

в) любой игрок, находящийся на площадке.

17. Встреча в баскетболе состоит из:

а) двух таймов по 20 минут;

б) четырех таймов по 10 минут;

в) трех таймов по 15 минут.

18. Может ли игра закончиться ничейным счетом?

а) Может; б) не может; в) назначается переигровка.

19. Победителем встречи является команда:

а) выигравшая три четверти;

б) выигравшая вторую половину встречи;

в) набравшая хотя бы на одно очко больше соперника.

20. Если команда без уважительных причин вовремя не выходит на площадку, то:

а) ей засчитывается поражение со счетом 0:20;

б) необходимо подождать 15 минут;

в) игра переносится на другой день.

21. Как начинается игра?

а) жеребьевкой; б) вводом мяча из-за боковой линии; в) спорным броском.

22. Запасными игроками считаются те, которые:

а) сидят на скамейке запасных;

б) выходят на замену;

в) не включены в начальную расстановку на данную игру.

23. Какое количество замен разрешается делать во время игры?

а) максимум 10; б) максимум 20; в) количество замен не ограничено.

24. Сколько времени дается на ввод мяча в игру?

а) 3 секунды; б) 5 секунд; в) 8 секунд.

25. Сколько тайм-аутов разрешается запрашивать?

а) В каждой четверти по одному;

б) в трех четвертях по одному, а в четвертой – два;

в) два за игру.

26. Длительность тайм-аутов (с):

а) 30; б) 45; в) 60.

27. Во время тайм-аутов игроки, находящиеся на площадке, должны:

а) уйти с неё;

б) подойти к тренеру;

в) подойти к своей скамейке запасных.

28. Длительность перерыва между первой и второй, а также третьей и четвертой четвертями:

а) 1 мин; б) 2 мин; в) 3 мин.

29. Что происходит с игроком, получившим пять фолов?

а) Автоматически выбывает из игры;

б) продолжает играть;

в) может замениться, если хочет.

30. Что происходит с командой после получения игроками этой команды четырех фолов?

а) За каждый последующий фол соперники выполняют два штрафных броска;

б) продолжает играть;

в) выполняется один штрафной бросок.

31. Что происходит при равном счете после четырех четвертей?

а) Игра продолжается до разницы в два мяча;

б) назначается дополнительный период в пять минут;

в) матч переигрывается на следующий день.

32. Как начинается вторая четверть?

а) Спорным броском;

б) вводом мяча из-за лицевой линии;

в) вводом мяча по центру из-за боковой линии.

33. Длительность перерыва между второй и третьей четвертями (мин.):

а) 5; б) 10; в) 15.

34. Смена корзин происходит:

а) после каждой четверти;

б) не происходит;

в) после второй четверти.

35. Ширина трехсекундной зоны у лицевой линии составляет:

а) 5 метров; б) 6 метров; в) 7 метров.

36. Расстояние от лицевой линии до линии штрафного броска составляет (м):

а) 5,6; б) 5,8; в) 6.

37. Кто из белорусских спортсменов стал олимпийским чемпионом по баскетболу?

а) Андрей Макаров; б) Александр Медведь; в) Иван Едешко.

38. Сколько времени отводится на атаку корзины соперника (с)?:

а) 30; б) 28; в) 24.

39. Сколько времени отводится на замену игрока (с)?

а) 10; б) 20; в) 30.

40. Сколько времени отводится на переход из тыловой в передовую зону (с)?

а) 8; б) 10; в) 12.

41. Какое расстояние от центра корзины до трехочковой линии (м)?

а) 6; б) 6,15; в) 6,25.

42. Прямоугольник над корзиной имеет размеры (см):

а) 45×59; б) 46×60; в) 40×60.

43. Диаметр баскетбольной корзины (см):

а) 40; б) 45; в) 50.

44. Может ли начаться игра, если в одной из команд нет 5 игроков?

а) Может; б) не может; в) по согласию соперника.

45. Команде засчитывается поражение из-за нехватки игроков, если во время игры игроков этой команды на площадке оказывается:

а) один; б) два; в) три.

46. Игрок нападающей команды не должен находится в зоне под корзиной более (с):

а) 5; б) 4; в) 3.

47. При опеке игрока , контролирующего мяч, фактор времени и расстояния:

а) учитывается; б) не учитывается; в) учитывается с оговоркой.

48. Когда зафиксирован технический фол, штрафные броски могут быть выполнены:

а) любым игроком;

б) только игроком, против которого нарушили правила;

в) тем, кого назначит тренер.

49. Во время штрафного броска первое место по обе стороны трехсекундной зоны может быть занято только:

а) соперниками игрока, выполняющего бросок;

б) партнерами игрока, выполняющего броски;

в) с одной стороны партнером, с другой стороны соперником.

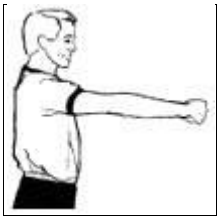
50. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде:

а) одно очко;

б) два очка (три очка при попадании из-за шестиметровой линии и одно – при попадании со штрафного броска);

в) три очка.

51. Сжатый кулак указывает на кольцо нарушившей команды. Этот жест судьи означает:



а) толчок игрока;

б) фол в атаке;

в) удар игрока.

52. Вытянутая рука с тремя пальцами вперед. Этот жест судьи означает:



а) три очка;

б) трехочковый бросок;

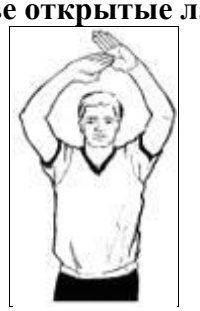
в) нарушение правил трёх секунд.

53. Ладонь и палец образуют букву «Т». Этот жест судьи означает:



а) технический фол;
б) минутный перерыв;
в) замену игрока.

54. Две открытые ладони, образующие букву «Т». Этот жест судьи означает:



а) технический фол;
б) минутный перерыв;
в) неправильную игру руками.

55. Этот жест судьи означает:



а) фол номеру 7;
б) до конца игры осталось 7 секунд;
в) счет 5:2.

56. Вращение кулаками. Этот жест судьи означает:



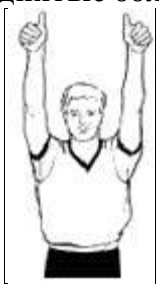
а) пробежку игрока;
б) замену игрока;
в) прокат мяча.

57. Две руки на бедрах. Этот жест судьи означает:



а) толчок игрока;
б) блокировку игрока;
в) замену игрока.

58. Поднятые большие пальцы рук. Этот жест означает:



а) 2 очка;
б) спорный мяч;
в) мертвый мяч.

59. Резкое движение. Этот жест судьи означает:



а) три секунды;
б) три очка;
в) три штрафных броска.

60. Скрещенные руки перед грудью. Этот жест означает:



а) пробежку игрока;
б) замену игрока;
в) блокировку игрока.

Правильные ответы.

Номер теста	*Вариант ответа*	***Номер теста***	*Вариант ответа*	***Номер теста***	*Вариант ответа*	***Номер теста***	*Вариант ответа*
1	б	**16**	б	**31**	б	**46**	в
2	а	**17**	б	**32**	в	**47**	б
3	б	**18**	б	**33**	б	**48**	а
4	в	**19**	в	**34**	в	**49**	а
5	б	**20**	б	**35**	б	**50**	б
6	в	**21**	в	**36**	б	**51**	б
7	в	**22**	а	**37**	в	**52**	в
8	в	**23**	в	**38**	в	**53**	б
9	б	**24**	б	**39**	б	**54**	а
10	б	**25**	б	**40**	а	**55**	а
11	б	**26**	в	**41**	в	**56**	а
12	в	**27**	в	**42**	а	**57**	б
13	в	**28**	б	**43**	б	**58**	б
14	б	**29**	а	**44**	б	**59**	б
15	а	**30**	а	**45**	а	**60**	б

Оценка знаний.

Диапазон правильных ответов	*Оценка*
1 – 6	1
7 – 12	2
13 – 18	3
19 – 24	4
25 – 30	5
31 – 36	6
37 – 42	7
43 – 48	8
49 – 54	9
55 – 60	10

9.1.2. Тест № 2.

1. Вес баскетбольного мяча должен быть:
а) не менее 537г., не более 630г. б) не менее 550г., не более 645г.
в) не менее 573г., не более 670г. г) не менее 567г., не более 650г.

2.Игровое время в баскетболе состоит:
а) из 4 периодов по 10 минут б) из 3 периодов по 8 минут
в) из 4 периодов по 12 минут г) из 6 периодов по 10 минут

3. Какой термин соответствует определению «Не соблюдение правил вследствие персонального контакта с соперником и (или) неспортивного поведения»
а) блокировка б) не заброшенный мяч
в) фол г) опека игрока

4. В правилах ФИБА указано при каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры:
а) 7 б) 3 в) 6 г) 5

5. Впервые правила баскетбола сформулировал …
а) Джеймс Нейсмит б) Майкл Джордан
в) Шакил О’Нил г) Билл Рассел

6. Термин, обозначающий введение мяча в игру в баскетболе называется…
а) бросок б) подача в) передача г) откидка

7. Техническим приемом, завершающим атакующие действия в баскетболе называется…
а) бросок б) передача в) финт г) блок

8. Родиной баскетбола является…
а) Чехословакия б) Швеция в) Дания г) США

9. Обучение двигательным действиям строится в соответствии с…
а) рекомендациями дидактических принципов
б) задачами физического образования
в) с целевыми установками обучения
г) закономерностями формирования двигательных навыков

10. По правилам ФИБА (баскетбол) при каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры:
а) 7 б) 3 в) 6 г) 5

11.Размеры баскетбольной площадки:
а) 24*12 м б) 28*15 м в) 22*14 м г) 18*24 м

12. В street ball играют:
а) 3*3 б) 4*4 в) 5*5 г) 2*2

13. Девушки (15-17 лет) играют в баскетбол мячом номер размера:
а) № 5 б) № 6 в) №7 г) №3

14. В течении какого времени в баскетболе можно подать протест. Правильное оформление протеста.
а) после игры б) через 30 минут после игры.

15.Сколько комплектов спортивной формы необходимо иметь одной команде для участия в соревнованиях по баскетболу
а) 1 б) 2 в) 3 г) 4

16.Бывает ли ничейный счет в баскетболе?
а) да б) нет

17.Ситуация: команда «А» по жеребьевке «хозяин» и стоит в протоколе первым. Нужно ли ей менять форму в случае одинакового цвета формы «гостей».
а) да б) нет

18. Советский баскетболист, Олимпийский чемпион 1972 года?
а) А. Едешко б) О.Блохин в) В. Сальников

19. Игру баскетбол в 1891 году изобрёл преподаватель тренировочной школы в Спрингфилде…..
а) Джеймс Нейсмит б) Томас Бах в) Хольгер Нильсон

20. Международная любительская федерация баскетбола (ФИБА) была создана в …..
а) 1932 году б) 1898 году в) 1924 году

21. Впервые был включен в программу Олимпийских игр мужской баскетбол в ……..
а) 1936 году б) 1946 году в) 1976 году

22. В баскетбол официально стали играть в России с……..
а) 1906 года б) 1908 года в) 1910 года г) 1916 года

23. Советские баскетболисты стали официально принимать участие в международных соревнованиях с ……
а) 1947 года б) 1956 года в) 1972 года г) 1964 года

24. 1. На атаку в баскетболе даётся время:

а) 22 секунды б) 24 секунд в) 30 секунды. г) 26 секунд

25. Сколько секунд даётся баскетбольной команде для выхода с мячом из своей зоны на сторону соперника?
а) 10 секунд б) 8 секунд в) 12 секунд г) 15 секунд

26. В баскетболе, при ничейном счете в основное время, судья назначает овертайм продолжительностью…
а) 8 минут б) 7 минут в) 5 минут г)10 минут

27. Номера игроков в баскетболе начинаются с … номера:
а) 0 б) 1 в) 3 г) 7

28. Максимальное количество персональных замечаний у игрока в баскетболе:
а) 4 б) 5 в) 6 г) 3

29.На штрафной бросок в баскетболе даётся:
а) 6 секунд б) 5 секунд в) 4 секунды г) 8 секунд

30. Расстояние от пола до баскетбольной корзины:
а) 400 см. б) 315 см. в) 310 см. г) 305 см.

31. Каждая четверть игры баскетбол длится по … минут «чистого» времени:
а) 15 б) 12 в) 10 г) 20

32. Штаб квартира ФИБА находится в городе ……
а) Женева б) Лондон в) Цюрих г) Париж

33. В баскетболе на игровой площадке находится по …. игроков от каждой команды.
а) 6 б) 4 в) 5 г) 7

34. Точное попадание в корзину со штрафной линии оценивается в ….. очко:
а) 1 б) 2 в) 1,5 г) 3

35. В состав баскетбольной команды обычно входят ….. человек.
а) 11 б) 12 в) 10 г) 14

36. Намеренный удар мяча кулаком или ногой в игре баскетбол - ……
а) не нарушение правил б) нарушение правил

37. В 19…. году прошел конгресс ФИБА, на котором и были приняты самые первые международные правила баскетбола…
а) 1933 году б) 1932 году в) 1930 году г) 1931 году

38. В баскетболе дают 3 очка за точный бросок с расстояния ….. метров …. См. и более.
а) 6 метров 25 см б) 6 метров 75 см в) 6 метров 15 см г) 6 метров 05 см

39. Для официальных соревнований ФИБА размеры игровой площадки должны быть ..... метров в длину и …. метров в ширину.
а) 27 м. – длина, 12 м. - ширина б) 28 м. – длина, 15 м. - ширина
в) 24 м. – длина, 11 м. - ширина г) 30 м. – длина, 16 м. - ширина

40. Игроку в баскетболе разрешается делать только …. ….. с мячом, после чего он должен либо произвести бросок, либо отдать пас.
а) 2 шага б) 1 шаг в) 3 шага г) 4 шага
41. Каждая баскетбольная команда имеет право на ….. …… в каждой четверти
а) 1 тайм-аут б) 4 тайм- аута в) 3 тайм-аута г) 2 тайм-аута
42. С …… года стал проводиться чемпионат мира по баскетболу среди мужчин.
а) с 1950 б) с 1955 в) с 1951 г) с 1952
43. С …… года стал проводиться чемпионат мира по баскетболу среди женщин
а) с 1957 б) с 1953 в) с 1958 г) с 1960
44. Какой размер баскетбольного мяча для женщин
а) 5дюйм б) 6 дюйм в) 7 дюйм г) 3 дюйм
45. Какой размер баскетбольного мяча для мужчин
а) 5 дюйм б) 6 дюйм в) 7 дюйм г) 3 дюйм
46. На каком расстоянии от лицевой линии находится линия штрафного броска
а) 5м. 60см б) 5м. 70см в) 5м. 80см г) 5м. 95 см
47. Какой диаметр баскетбольного кольца
а) 40см б) 45см в) 50см г) 55см
48.Сколько раз мужская сборная СССР по баскетболу выигрывала Олимпийские игры…..
а) 1 б) 2 в) 3 г) 4
49. В каком году мужская сборная России по баскетболу выиграла Чемпионат Европы
а) 2003 г. б) 2005 г. в) 2007 г. г) 2009 г.

50. После результативного броска с игры или штрафного броска мяч вводится в игру участниками противоположной команды…….
а) из-за боковой линии б) из-за лицевой линии
в) с линии штрафного броска г) с места касания мяча после броска

Ответы для самоконтроля

Тесты			
Номер вопроса	**Вариант ответа**	**Номер вопроса**	**Вариант ответа**
1	г	26	в
2	а	27	а
3	в	28	б
4	г	29	б
5	а	30	г
6	в	31	в
7	а	32	а
8	г	33	в
9	г	34	а
10	г	35	в
11	б	36	б
12	а	37	б
13	б	38	б
14	а	39	б
15	б	40	а
16	б	41	а
17	а	42	а
18	а	43	в
19	а	44	б

20	а	45	в
21	а	46	в
22	в	47	б
23	а	48	б
24	б	49	в
25	б	50	б

Анализ диагностик и видов контроля.

	Ф.И.О. обучающегося	
№	**Наименование**	**Содержание.**
1.	**Входная диагностика**	
2.	**Собеседование**	
3.	**Выполнение нормативов текущего контроля.**	
4.	**Выполнение нормативов промежуточного контроля.**	
5.	**Результаты итогового контроля.**	

9.2. Методические материалы

План-конспект занятия по баскетболу

Тема занятия: Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления, обучение броску в движении после двух шагов, развитие взаимодействия в игровой ситуации. *Место проведения:* спортивный зал / открытая площадка. *Инвентарь:* баскетбольные мячи по количеству занимающихся, конусы, стойки, свисток, секундомер Продолжительность: 45 минут

Задачи занятия

Образовательные: совершенствовать ведение мяча с изменением направления и скорости; ознакомить и совершенствовать бросок в движении после ведения (два шага — бросок); закрепить передачи мяча в движении.

Оздоровительные: развивать скоростно-силовые качества, координацию, быстроту и ориентировку в пространстве.

Воспитательные: воспитывать коллективизм, дисциплинированность, взаимовыручку и ответственность в командной игре.

Ход занятия

I. Подготовительная часть — 10–12 минут

Построение и организационный момент (2 мин)

Построение в одну шеренгу, приветствие, сообщение задач урока.

Проверка формы и самочувствия; напоминание о технике безопасности (не вести мяч к стене, не «влезать» под соперника при броске).

Разминка (8–10 мин)

Ходьба: на носках, на пятках, перекатом с пятки на носок.

Бег по кругу: обычный, приставными шагами правым и левым боком, спиной вперёд, ускорения по сигналу.

Перемещения в стойке баскетболиста: приставные шаги вдоль разметки, бег «спиной — лицом» по сигналу.

ОРУ на месте: наклоны и повороты головы, круговые движения плечами и руками, наклоны туловища, выпады, приседания, прыжки.

Специальные упражнения с мячом: ведение на месте правой и левой рукой, «восьмёрка» между ног, перекаты вокруг туловища.

Контроль: следить за низкой стойкой — ноги согнуты, мяч контролируется кончиками пальцев, глаза вперёд, а не на мяч.

II. Основная часть — 25–28 минут

1. Ведение мяча с изменением направления (7–8 мин)

Ведение на месте с переводом мяча перед собой, между ног, за спиной (по 15–20 сек каждой рукой).

Ведение «змейкой» между конусами правой и левой рукой.

Ведение с переводом мяча в сторону по зрительному сигналу учителя (например, поднятая рука — смена направления).

В парах: один ведёт и уклоняется, второй в защитной стойке перемещается приставными шагами, не отбирая мяч (3×30 сек со сменой ролей).

Методические указания: при смене направления мяч укрывать корпусом и свободной рукой, толчок выполняется дальней рукой; следить, чтобы не было проноса мяча.

2. Бросок в движении после ведения — два шага и бросок (8–10 мин)

Показ техники в целом и по фазам: ведение — первый шаг длинный — второй шаг короче, стопорящий — отталкивание — бросок рукой от плеча с мягким касанием щита

или кольца. Отдельно разобрать работу ног: шаг под мяч, шаг под бросок, приземление на обе ноги.

Имитация двух шагов без мяча (6–8 повторений) — согласование «шаг-шаг-прыжок».

Два шага с мячом без броска: ученик держит мяч, учитель подаёт сигнал, отрабатывается ритм (6–8 повторений на правую и левую сторону).

Бросок после двух шагов с места: встать в 1,5–2 м от кольца, выполнить два шага и бросок (5–7 бросков каждой рукой).

Бросок после ведения: с 5–6 м от щита — ведение в 2–3 касания, два шага, бросок. Поток учеников организовать через два кольца или по сторонам.

Методические указания: последний шаг делать короче — «стопорящий»; бросать на максимальной точке прыжка; если брошенная рука — правая, последний шаг — левой ногой (и наоборот).

3. Передачи в движении и игровое взаимодействие (7–8 мин)

В парах: передачи двумя руками от груди в движении от лицевой линии до линии штрафного броска и обратно.

Упражнение «сдвоенные пары»: передачи в парах против встречных пар (взаимодействие без столкновений).

Учебная двусторонняя игра 3×3 на одну корзину: задача — забить мяч не менее чем после трёх передач (трое касаний перед броском), забегание и «висение» в трёхсекундной зоне под запретом. Счёт до 10, победитель сменяется соперниками.

Контроль: следить за правилами (двойное ведение, пробежка), поощрять передачу на свободного игрока, исправлять типичные ошибки: бросок без короткого стопорящего шага, ведение с прямых ног, отбор мяча через руки противника.

III. Заключительная часть — 4–5 минут

Медленная ходьба, упражнения на восстановление дыхания.

Растяжка мышц ног, плечевого пояса, кистей.

Подведение итогов: отметить лучших, разобрать 1–2 типичные ошибки.

Задание на дом: имитация двух шагов и броска по 10 раз в каждой стороне; приседания для развития прыгучести, 2 подхода по 15 раз.

Построение, прощание, уход из зала.

Сценарий воспитательного мероприятия «Альбом памяти»
«Их имена в нашей памяти, их лица – в нашем сердце»

Цель: Сохранение исторической памяти, воспитание патриотизма, выражение глубокого уважения и скорби к семье погибшего воина.

Задачи:

- пробудить в сердцах школьников искренний отклик на историю выпускника школы, показав его не только как героя, но и как сына, мужа, отца;
- укрепить чувство сопричастности к общему делу сохранения исторической памяти;
- способствовать сплочению школьного коллектива вокруг общей ценности – памяти и благодарности.

Ход мероприятия

Фон: звучит песня «От героев былых времён» (из к/ф «Офицеры»). На экране – заставка « Альбом Памяти».

Ведущий 1:

Добрый день, дорогие друзья! Уважаемые гости нашего школьного музея!

Мы собрались здесь сегодня для того, чтобы сделать то, что нельзя отложить ни на день, ни на час.

Мы открываем Альбом Памяти – нашу общую боль, нашу общую гордость, нашу общую историю.

В этом альбоме – лица тех, кто когда-то сидел за партами в этих стенах, бегал на переменах, спорил у доски, мечтал о будущем.

Их будущее оборвалось слишком рано – там, далеко от дома, в зоне специальной военной операции. Но они выполнили свой долг до конца.

Ведущий 2:

Прошу всех встать. Звучит Гимн Российской Федерации.

Звучит Гимн РФ (1-й куплет и припев) и Республики Крым.

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО (ГОСТЕЙ)

«Мы часто говорим о патриотизме, но настоящий патриотизм – это когда вчерашний школьник, о получивший аттестат, принимает решение идти защищать свою страну. Они были разными – весёлыми и серьёзными, спортсменами и книголюбами. Но их объединило одно – безграничная любовь к Родине. Такими были они:

Афанасьев Евгений
Завальный Роман
Мазалин Евгений
Косенко Александр
Дербенев Олег
Ким Елена
Крайнюк Дмитрий
Сальников Владимир
Хамутаев Олег

Сегодня мы вписываем их имена в летопись нашей школы навсегда. Я объявляю Альбом Памяти открытым. Пусть этот альбом станет не только скорбью, но и наказом нам, живущим: помнить, чтить, продолжать их дело.»

Фоном звучат «Журавли» в исполнении оркестра).

4. ВИДЕОХРОНИКА Герои Выпускники, личные видео Евгения Афанасьева

5. СТРАНИЦЫ АЛЬБОМА – РАССКАЗ О Герое - выпускнике

МИНУТА МОЛЧАНИЯ

Ведущий 1:

Мы перелистнули несколько страниц, но за каждой из них – целая жизнь. Жизнь, которая была отдана за нас.

Объявляется минута молчания. Прошу всех встать (метроном)

Минута молчания объявляется завершённой. Прошу садиться.

ВЫСТУПЛЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

Слово предоставляется мама Евгения Афанасьева: Н.В. Афанасьевой. И открывает альбом (вклеиваем фото).

Заключение

Ведущий 1:

Вот и подошло к концу наше мероприятие. Альбом Памяти открыт. Но мы хотим, чтобы вы запомнили: этот альбом не заканчивается здесь, в музее. Он продолжается в каждом из нас.

Ведущий 2:

Пусть эти имена станут для нас не просто строчками в альбоме, а путеводными звёздам.

Мы говорим вам, наши дорогие выпускники: «Вы навсегда в строю. Вы навсегда с нами».

Ведущий 1:

На этом торжественная церемония завершается. Благодарим всех за участие. Вечная память героям!

Участие в баскетбольных соревнованиях «Локобаскет».

Участие в соревнованиях «Локобаскет» — это отличная возможность для школьников проявить себя!

Кто может участвовать

Возраст и гражданство. Обычно это юноши и девушки не старше определённого года рождения (например, 2009 года и младше). Также допускаются воспитанники детских домов, школ-интернатов, кадетских корпусов (если они реализуют программы основного общего и среднего общего образования неспортивной направленности).

Школа. На большинстве этапов в команду включают только тех, кто учится в одной общеобразовательной организации. Часто есть условие: ребёнок должен быть зачислен в эту школу на определённую дату (например, до 1 сентября).

Другие ограничения. Не допускаются игроки:

у которых есть действующий трудовой договор с профессиональным баскетбольным клубом;

которые учатся в специализированных спортивных классах (спорткласс);

которых отчислили из школы (во время участия в чемпионате игрок теряет право выступать);

которые в текущем сезоне уже участвовали в определённых официальных соревнованиях (чемпионат и Кубок России среди клубов, Первенство России среди юниоров и т.п.).

Как устроены этапы

Соревнования проходят в несколько этапов, и путь команды выглядит так:

Муниципальный этап — отбор на местном уровне.

Зональный региональный этап — в него проходят победители и призёры муниципального этапа.

Финал региона — победители зональных этапов.

Этапы на уровне федеральных округов — отбираются лучшие из региональных финалистов (часто по принципу «1 команда от субъекта РФ»).

Всероссийский финал — финальная стадия, где встречаются победители окружных этапов.

Что нужно для допуска

Когда команда приезжает на этап, её ждёт мандатная комиссия. Там проверят документы:

официальную заявку чемпионата (другие формы не примут);

техническую заявку команды;

справки с места учёбы с фотографией;

паспорта (или свидетельства о рождении для детей до 14 лет);

полисы ОМС и страхования жизни и здоровья от несчастных случаев;

согласия на обработку персональных данных и на использование изображения.

Важное правило по заявкам: на каждый отдельный этап команда может заявить не менее 8 и не более 10 игроков из тех, кого внесли в предварительную заявку. Если игрок не попал в предварительную заявку — к играм его не допустят.

Словарь специальных терминов.

Площадка и зоны

Краска (Paint) — прямоугольная зона под кольцом, где нападающему нельзя находиться более 3 секунд подряд.

Трёхочковая линия — дуга за пределами которой бросок оценивается в 3 очка.

Линия штрафного броска — точка, откуда выполняются свободные броски после фолов.

Бэккорт (Backcourt) — половина площадки с корзиной команды.

Фронткорт (Frontcourt) — половина с кольцом соперника.

Игровые ситуации и действия

Ассист — точный пас партнёру, после которого тот забросил мяч в корзину.

Баззер (бросок с сиреной) — попадание на последних секундах четверти или матча, часто решающее исход игры.

Блок-шот (банка, банан, шляпа) — приём, когда защищающийся игрок отбивает бросок соперника, меняя траекторию мяча.

Быстрый прорыв (фаст-брейк) — быстрая атака, когда защита ещё не успела занять позиции, часто после перехвата или блок-шота.

Заслон (скрин) — действие, при котором игрок заслоняет соперника, чтобы освободить путь для партнёра с мячом.

Пик-н-ролл (pick and roll) — комбинация: игрок с мячом ставит заслон, а его партнёр после этого рывком к кольцу получает мяч и бросает.

Подбор (рибаунд) — овладение мячом после промаха соперника.

Фолы — нарушения правил при контакте с соперником. С 2026 года введены новые категории фолов: деструктивный, грубый, технические фолы категорий 1 и 2.

Амплуа игроков

Разыгрывающий защитник (Point Guard, PG) — первый номер команды, организатор атак.

Атакующий защитник (Shooting Guard, SG) — второй номер, игрок с хорошей скоростью, ведением и броском.

Лёгкий форвард (Small Forward, SF) — третий номер.

Тяжёлый форвард (Power Forward, PF) — четвёртый номер.

Центровой (Center, C) — пятый номер, игрок, отвечающий за игру под кольцом.

Нарушения и ошибки

Пробежка — нарушение, связанное с перемещением с мячом сверх установленной нормы.

Двойное ведение — возобновление ведения после того, как игрок остановился и взял мяч в руки.

Пронос — ситуация, когда баскетболист слишком долго держит мяч в руках.

Статистика

Дабл-дабл — достижение игроком двузначных чисел в двух статистических показателях (например, очки и передачи).

Трипл-дабл — достижение трёхзначных чисел в трёх статистических показателях.

Другие термины

Живой и мёртвый мяч — термины, описывающие состояние игры: «живой» — мяч в игре, «мёртвый» — вышедший из игры.

Спейсинг (spacing) — правильное распределение игроков на площадке для создания свободных зон.

Эирбол — бросок, при котором мяч пролетел мимо кольца или щита, не коснувшись.

Дриблинг в баскетболе — это ведение мяча одной рукой с постоянным его отскоком от пола. Это базовый элемент игры, который позволяет игроку перемещаться по площадке, обыгрывать соперника, создавать пространство для атаки и сохранять контроль над мячом

С 2026 года в правила внесены изменения, например, введены новые жесты судей для деструктивного и грубого фолов, а также для технических фолов категорий 1 и 2.

9.3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
спортивной секции «Баскетбол»
на 20____-20____ учебный год
Группа 13-15 лет

№ п-п	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
Сентябрь						
1.	Вводный инструктаж по Т.Б. Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1			Входной контроль.	
2.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	**1**			Текущий контроль.	
3.	Закрепление передач двумя руками над головой	1			Текущий контроль.	
4.	Закрепление техники передач двумя руками в движении	1			Текущий контроль.	
5.	Закрепление техники броска после ведения мяча	1			Текущий контроль.	
6.	Закрепление техники поворотам в движении	1			Текущий контроль.	
7.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
8.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча	1			Текущий контроль.	
9.	Закрепление техники броска в прыжке с места	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**9**			Текущий контроль.	
Октябрь						
10.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1			Текущий контроль.	
11.	Закрепление техники передач на месте и в	1			Текущий контроль.	

	движении, бросков в прыжке после ведения мяча					
12.	Учет по технической подготовке.	**1**			Текущий контроль.	
13.	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1			Текущий контроль.	
14.	Закрепление техники ведения и передач в движении	1			Текущий контроль.	
15.	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	1			Текущий контроль.	
16.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1			Промежуточный контроль.	
Итого за месяц		**7**				
Ноябрь						
17.	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок	1			Текущий контроль.	
18.	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	**1**			Текущий контроль.	
19.	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	1			Текущий контроль.	
20.	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника	1			Текущий контроль.	
21.	Закрепление выбивания мяча при ведении	1			Текущий контроль.	
22.	Закрепление передач одной рукой с поворотом	1			Текущий контроль.	
23.	Прием нормативов по технической подготовке	1			Текущий контроль.	

Итого за месяц		**7**				
Декабрь						
24.	Закрепление передач в движении в парах	1			Текущий контроль.	
25.	Закрепление передач в тройках в движении	1			Текущий контроль.	
26.	Закрепление передач в тройках в движении	**1**			Текущий контроль.	
27.	Закрепление передач в движении	1			Текущий контроль.	
28.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
29.	Закрепление техники передач мяча	1			Текущий контроль.	
30.	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	1			Текущий контроль.	
31.	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрового игрока	1			Текущий контроль.	
32.	Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки	1			Промежуточный контроль.	
Итого за месяц		**9**				
Итого за I полугодие		**32**				
Январь						
33.	Закрепление через центрового, заслоны.	1			Текущий контроль.	
34.	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	1			Текущий контроль.	
35.	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	1			Текущий контроль.	
36.	Прием нормативов по технической подготовке	1			Текущий контроль.	
37.	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-	1			Текущий контроль.	

	за боковой линии. Заслоны. Техника					
38.	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**6**				
Февраль						
39.	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.	1			Текущий контроль.	
40.	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.	1			Текущий контроль.	
41.	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1			Текущий контроль.	
42.	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1			Текущий контроль.	
43.	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1			Текущий контроль.	
44.	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1			Текущий контроль.	
45.	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока	1			Текущий контроль.	
46.	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**8**				
Март						

47.	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока	1			Текущий контроль.	
48.	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока	1			Текущий контроль.	
49.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
50.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
51.	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	1			Текущий контроль.	
52.	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	1			Текущий контроль.	
53.	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	1			Текущий контроль.	
54.	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	1			Промежуточный контроль.	
Итого за месяц		**8**				
Апрель						
55.	Закрепление пройденного материала	1			Текущий контроль.	
56.	Закрепление пройденного материала.	1			Текущий контроль.	
57.	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	1			Текущий контроль.	
58.	Закрепление техники ведения на максимальной	1			Текущий контроль.	

	скорости					
59.	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	1			Текущий контроль.	
60.	Закрепление техники добивания мяча в корзину	1			Текущий контроль.	
61.	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	1			Текущий контроль.	
62.	Закрепление техники бросков и передач в движении	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**8**				
Май						
63.	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	1			Текущий контроль.	
64.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
65.	Закрепление бросков в движении	1			Текущий контроль.	
66.	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	1			Промежуточный контроль.	
67.	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки	1			Итоговый контроль	
68.	Совершенствование в технических приемах	1			Итоговый контроль	
Итого за месяц		**6**				
Итого за II полугодие		**34**				
Итого за год		**68**				

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
спортивной секции «Баскетбол»
на 20____-20____ учебный год
Группа 15-17 лет

№ п-п	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
Сентябрь						
1.	Вводный инструктаж по Т.Б. Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1			Входной контроль.	
2.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	**1**			Текущий контроль.	
3.	Закрепление передач двумя руками над головой	1			Текущий контроль.	
4.	Закрепление техники передач двумя руками в движении	1			Текущий контроль.	
5.	Закрепление техники броска после ведения мяча	1			Текущий контроль.	
6.	Закрепление техники поворотам в движении	1			Текущий контроль.	
7.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
8.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча	1			Текущий контроль.	
9.	Закрепление техники броска в прыжке с места	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**9**			Текущий контроль.	
Октябрь						
10.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1			Текущий контроль.	
11.	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в	1			Текущий контроль.	

	прыжке после ведения мяча					
12.	Учет по технической подготовке.	**1**			Текущий контроль.	
13.	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1			Текущий контроль.	
14.	Закрепление техники ведения и передач в движении	1			Текущий контроль.	
15.	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	1			Текущий контроль.	
16.	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1			Промежуточный контроль.	
Итого за месяц		**7**				
Ноябрь						
17.	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок	1			Текущий контроль.	
18.	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	**1**			Текущий контроль.	
19.	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	1			Текущий контроль.	
20.	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника	1			Текущий контроль.	
21.	Закрепление выбивания мяча при ведении	1			Текущий контроль.	
22.	Закрепление передач одной рукой с поворотом	1			Текущий контроль.	
23.	Прием нормативов по технической подготовке	1			Текущий контроль.	

Итого за месяц		**7**				
Декабрь						
24.	Закрепление передач в движении в парах	1			Текущий контроль.	
25.	Закрепление передач в тройках в движении	1			Текущий контроль.	
26.	Закрепление передач в тройках в движении	**1**			Текущий контроль.	
27.	Закрепление передач в движении	1			Текущий контроль.	
28.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
29.	Закрепление техники передач мяча	1			Текущий контроль.	
30.	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	1			Текущий контроль.	
31.	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрового игрока	1			Текущий контроль.	
32.	Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки	1			Промежуточный контроль.	
Итого за месяц		**9**				
Итого за I полугодие		**32**				
Январь						
33.	Закрепление через центрового, заслоны.	1			Текущий контроль.	
34.	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	1			Текущий контроль.	
35.	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	1			Текущий контроль.	
36.	Прием нормативов по технической подготовке	1			Текущий контроль.	
37.	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-	1			Текущий контроль.	

	за боковой линии. Заслоны. Техника					
38.	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**6**				
Февраль						
39.	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.	1			Текущий контроль.	
40.	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.	1			Текущий контроль.	
41.	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1			Текущий контроль.	
42.	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1			Текущий контроль.	
43.	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1			Текущий контроль.	
44.	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1			Текущий контроль.	
45.	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока	1			Текущий контроль.	
46.	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**8**				

Март						
47.	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока	1			Текущий контроль.	
48.	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового игрока	1			Текущий контроль.	
49.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
50.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
51.	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	1			Текущий контроль.	
52.	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	1			Текущий контроль.	
53.	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	1			Текущий контроль.	
54.	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	1			Промежуточный контроль.	
Итого за месяц		**8**				
Апрель						
55.	Закрепление пройденного материала	1			Текущий контроль.	
56.	Закрепление пройденного материала.	1			Текущий контроль.	
57.	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	1			Текущий контроль.	

58.	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	1			Текущий контроль.	
59.	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	1			Текущий контроль.	
60.	Закрепление техники добивания мяча в корзину	1			Текущий контроль.	
61.	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	1			Текущий контроль.	
62.	Закрепление техники бросков и передач в движении	1			Текущий контроль.	
Итого за месяц		**8**				
Май						
63.	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	1			Текущий контроль.	
64.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1			Текущий контроль.	
65.	Закрепление бросков в движении	1			Текущий контроль.	
66.	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	1			Промежуточный контроль.	
67.	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки	1			Итоговый контроль	
68.	Совершенствование в технических приемах	1			Итоговый контроль	
Итого за месяц		**6**				
Итого за II полугодие		**34**				
Итого за год		**68**				

9.4. ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
спортивной секции «Баскетбол»

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с заведующим подразделения