

Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования  
районная Детско-юношеская спортивная школа  
пгт Красная Поляна Вятскополянского района Кировской области

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 4  
от 06.06.2024 г

Утверждаю:  
Директор МКОУ ДО ДЮСШ

\_\_\_\_\_ С. Ю. Кормильцев  
приказ от 26.07.2024 г. № 104-од

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа

«Баскетбол для малышей»

Направленность: физкультурно-спортивная  
Возраст обучающихся: 5-8 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Разработчик: Ельченкова Елена Александровна  
тренер-преподаватель

пгт Красная Поляна, 2024 г

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол для малышей» (далее программа) разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 30 апреля 2021 г. N 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"».

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодёжи»

5. Распоряжение Министерства образования Кировской области № 1500 от 21.12.2022 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Кировской области».

6. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

7. Приказ министерства спорта Российской Федерации № 939 от 15.09.2018 г. « Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам их обучения по этим программам».

8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта (разработанные ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», Москва 2021 г.).

10. Устав Муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного образования районная Детско-юношеская спортивная школа пгт Красная Поляна Вятскополянского района Кировской области.

**Направленность программы.** Физкультурно- спортивная

**Актуальность и значимость программы.**

Дополнительное образование детей – целенаправленный процесс обучения, воспитания, развития личности посредством реализации

дополнительных образовательных программ, оказание дополнительных образовательных услуг и информационно-образовательной деятельности в интересах личности и государства.

Сегодня спорту принадлежит значительная роль в воспитании молодого поколения страны. Спорт является важным социальным фактором в деле формирования человека. Спортивные занятия с детьми и подростками служат составной частью их всестороннего развития, воспитания, здоровья.

**Баскетбол** – одна из самых популярных игр в мире, самый массовый, представительный и зрелищный вид спорта. Он является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, уверенность в себе, воспитывают чувство коллективизма.

### **Отличительная особенность программы.**

Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Программа направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма (развитие силы, выносливости и быстроты) учащихся. Посредством баскетбола также развиваются волевые и лидерские качества, смелость, активность, целеустремленность, умение работать в коллективе, пропаганда здорового образа жизни, отвлечение детей от пристрастий к вредным привычкам.

### **Новизна.**

Система дополнительного образования дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на детей в возрасте от 5 до 8 лет.

Прием детей осуществляется на основании заявления и **медицинской справки.**

**Объем программы** – 144 часов. **Количество учащихся:** 15-20 человек

**Срок освоения** 1 год.

**Формы обучения.** Очная.

### **Организация образовательного процесса**

этап обучения	кол-во часов в неделю	кол-во занятий в неделю	минимальный возраст для зачисления в группу <sub>3</sub> (лет)	минимальная наполняемость групп (кол-во человек)	максимальный количественный состав группы (человек)
---------------	-----------------------	-------------------------	--	--	---

1 год обучения	4	3	5	15	20
-------------------	---	---	---	----	----

### Особенности организации образовательного процесса.

Программа предполагает использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Работа по обучению подвижным играм с элементами спорта начинается с оценки реального уровня готовности детей к овладению данным видом двигательной деятельности, т.е. с выявления уровня развития двигательных навыков на начальном этапе и заканчивается оценкой достигнутых результатов и определения уровня развития физических качеств.

### 2. Цели и задачи программы.

**Цель программы** – формирование интереса к занятиям спортом, обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья, воспитание социально-активной личности через обучение игре в баскетбол, совершенствование координаций движений детей на основе игровых упражнений с мячом.

**Задачи:**

**Образовательные задачи:** формировать простейшие действия с мячом: передача, ловля, ведение и броски мяча; учить детей понимать сущность коллективной деятельности.

**Развивающие задачи:** развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, целеустремленность, силу в игровой форме у детей с разной степенью физической подготовленности.

**Воспитательные задачи:** Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, воспитывать умение добиваться поставленной цели, играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях, прививать интерес к играм с мячом.

### 3. Учебный план

#### Тематический план занятий

№	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	теоретическая подготовка	4	4	-

2.	Общефизическая подготовка	41	2	39
3.	Техническая и тактическая подготовка	42	4	38
4.	Специальная подготовка	26	1	25
5.	Соревнования, «Праздник мяча» и др.	31		31
	Итого:	144	11	133

### Учебный план

№	Темы	Всего Час.	Форма занятий	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы контроля
I	Теоретическая подготовка	4	Традиционная, комбинированная	Беседа, инструктаж, рассказ	Таблицы, фотографии, методические материалы	зачёт
II	Общефизическая подготовка	41	Равномерный, повторный, круговой, интервальный, соревновательный	Индивидуальные и групповые упражнения	Скакалки, набивные мячи, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, гимнастические маты	Контрольные испытания
III	Специальная подготовка	26	Равномерный, повторный, круговой, интервальный, соревновательный	Индивидуальные и групповые упражнения	Баскетбольные и теннисные мячи	Контрольные испытания
IV	Техническая подготовка	22	Традиционная, комбинированная	Показ, объяснение, метод расчлнённого и целостного упражнения	Баскетбольные мячи, стойки	Контрольные испытания

V	Тактическая подготовка	20	Традиционная, комбинированная	Показ, объяснение, метод расчленённого и целостного упражнения	Схемы	Игра
VI	Соревнования, «Праздник мяча» и др.	31	Игровая, соревновательная	Игра, коллективный анализ	Баскетбольные мячи	Игра
Итого		144				

### 3.1. Содержание программы.

Программа обучения детей игре в баскетбол предусматривает работу по следующим направлениям:

#### Физическая подготовка

##### 1. Общая физическая подготовка

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, в паре, с предметами (фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (стенка, скамейка).

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 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.

### **Техника перемещения.**

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки. Сходные действия выполняются и в подвижных играх, в которые дети играют на занятиях. Упражнения в этих действиях должны протекать в условиях, когда внимание детей акцентируется не на точном выполнении остановок, прыжков и других способов передвижения, а на действиях с мячом, от которых зависит ход игры.

### **Техника удержания мяча.**

От уровня владения навыками, от успешных действий с мячом зависят темп выполнения упражнений и протекание игры, которые обуславливают степень двигательной активности детей. От двигательной активности детей зависит образовательное и оздоровительное значение игры и упражнений с мячом. Следовательно, основное внимание должно обращаться на технику удержания и выполнения действий с мячом.

### **Ловля мяча.**

На первых занятиях большинство детей стараются ловить мяч, прижимая его к груди, обхватывая его руками, стоя на прямых, жестко и плотно сжатых ногах. Иногда ребенок даже протягивает полусогнутые руки вперед и пассивно ждет, когда мяч сам упадет на руки. Если мяч летит выше или ниже уровня груди, дети уже не могут его поймать, потому что не умеют ловить мяч кистями рук или принять более удобное положение для его ловли, передвигаясь в определенном направлении. Если же ребенок поймал мяч таким несовершенным способом, он должен переключать мяч в руках, чтобы держать его в удобном положении, на что теряется много времени. Необходимо учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образуя из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Ребенок следит за полетом мяча, и как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, он должен захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно надо сгибать ноги так,



чтобы принять положение исходной стойки.

### **Передача мяча.**

Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей и передаче его двумя руками с места, в дальнейшем в движении. Детей следует научить передавать мяч из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди. При передаче ребенок должен описать мячом небольшую дугу к

туловищу вниз на грудь и, разгибая руки вперед, от себя посылать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Такая техника передачи мяча усваивается детьми постепенно.

### **Ведение мяча.**

Одним из наиболее важных действий с мячом является его ведение, т.е. перемещение с ним, но площадке, что предусматривается правилами большинства спортивных игр. Ведение мяча — целенаправленное действие, к технике ведения мяча предъявляются определенные требования.

### **Бросание мяча в корзину.**

От точности бросков, в конечном счете, зависит успех в игре. Движения при передаче мяча и бросках его в корзину являются сходными по своей структуре. Поэтому обучение броскам мяча в корзину можно также ограничить привитием навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

### **Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий.**

1. Движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без его передачи партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения.
2. Ловля, передача, ведение и броски мяча в корзину.

Структура программы по обучению дошкольников игре баскетбол состоит из трех последовательных этапов:

#### **Первый этап - упражнения, подготавливающие к обучению техники передачи – ловли мяча.**

1. Бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками.
2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его одной и двумя руками.
3. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом, одной и двумя руками.
4. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
5. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
6. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
7. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.

8. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
9. Передача мяча в шеренге и по кругу.
10. Передача мяча двумя и одной рукой друг другу в паре.

**Второй этап - упражнения, подготавливающие к ведению мяча.**

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками стоя и при ходьбе.
2. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.
4. Отбивание мяча на месте правой и левой рукой.
5. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом.
6. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
7. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).
8. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.
9. Ведение мяча вокруг себя.
10. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения.

**Третий этап - упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину.**

1. Перебрасывание мяча через сетку натянутую выше головы ребенка(произвольным способом).
2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5метра, снизу, сверху и из-за головы.
3. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
4. Бросок мяча в корзину, бросок мяча в корзину стоящую на полу, удобным для детей способом.
5. Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.

### **3.2.Планируемые результаты**

**Личностные результаты:**

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

**Метапредметные результаты:**

- умение применять символы, знаки, схемы;
- усвоение навыков движений действовать с мячом; овладение правильными способами выполнения действий с мячом,

-умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

**Предметные результаты:**

-получение элементарных умений владения мячом, повышение уровня развития двигательной активности,

– выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

– владеть тактико-техническими приемами баскетбола в соответствии с возрастом;

– знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;

<b>Критерии</b>	<b>Показатели</b>
<b>1. Умение передачи мяча</b>	-передача мяча двумя руками из-за головы, стоя на месте - передача мяча одной рукой от плеча - передача мяча двумя руками, передвигаясь вперёд боковым галопом - передача мяча двумя руками с отскоком о землю
<b>2. Умение ведения мяча</b>	- отбивание мяча на месте поочерёдно правой и левой рукой - ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя - ведение мяча правой и левой рукой с продвижением по прямой - со сменой направления - ведение мяча при противодействии другого игрока
<b>3. Умение бросать мяч в кольцо</b>	- бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча - бросок мяча в кольцо двумя руками, от груди - бросок мяча в кольцо после ведения с фиксацией остановки
<b>4. Техника передвижения</b>	- стойка баскетболиста - повороты вокруг себя - остановка в два шага - движение приставным шагом

<b>5. Элементарные теоретические знания об игре баскетбол</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- из истории баскетбола</li> <li>- знания правил игры</li> <li>- знания как избежать травм</li> <li>- разметка баскетбольной площадки</li> </ul>
---	---

**К концу года обучения дети должны знать:**

- правила игры в баскетбол;
- что такое штрафные броски;
- как правильно разыгрываются мячи;

**К концу года дети должны уметь:**

- действовать по сигналу, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- бросать и ловить мяч:
  - двумя руками снизу вверх;
  - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
  - передача в парах двумя руками снизу;
  - передача в парах двумя руками из-за головы;
  - передача в парах двумя руками от груди;
- метать мяч:
  - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
  - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками от груди;
  - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками из-за головы;
  - в баскетбольный щит с места;
  - в баскетбольный щит с ведением;
  - в баскетбольный щит с передачей партнеру;
- отбивать мяч:
  - на месте правой, левой рукой.
  - на месте правой с передачей из правой руки в левую;
  - поворачиваясь вокруг себя правой, левой рукой;
  - правой, левой рукой с продвижением вперед.
- вести мяч:
  - с продвижением вперед;
  - приставным шагом;
  - правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;
  - с изменением направления продвижения;
- бросать мяч в кольцо:
  - двумя руками из-за головы;
  - двумя руками от груди;

- двумя руками снизу;
- после ведения (с фиксацией остановки);
- одной рукой от плеча;
- одной рукой от плеча после ловли его от партнёра.
- вести и передавать мяч парами с продвижением вперёд (ходьба, бег).
- соблюдать правила в командной игре

#### 4. Календарный учебный график

Сентябрь			Октябрь				Ноябрь					Декабрь			
Недели \ даты			Недели \ даты				Недели \ даты					Недели \ даты			
1	2	3	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
15-19	20-26	27-03	04-10	11-17	18-24	25-31	1-7	8-14	15-21	22-28	29-05	06-12	13-19	20-26	27-31
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
12			28				48					64			

Январь			Февраль				Март					Апрель				Май			
Недели \ даты			Недели \ даты				Недели \ даты					Недели \ даты				Недели \ даты			
1	2	3	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4
8-16	17-23	24-30	31-06	07-13	14-20	21-28	01-06	07-13	14-20	21-27	28-03	04-10	11-17	18-24	25-30	02-08	09-15	16-22	23-30
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
76			92				112					128				144			

ПА – промежуточная аттестация

ИА - итоговая аттестация

#### 5. Условия реализации программы

##### Материально-техническое обеспечение.

- щиты с кольцами – 4 шт.;
- баскетбольные мячи - 15 шт.;
- манишки разных цветов – 4 комплекта по 7шт.;
- гантели от 1-5 кг.- 3 комплекта;
- жгуты и эспандеры – 15шт.;
- снаряды для метания - 20 шт.;
- гимнастические скамейки - 2шт.;

- скакалки - 20 шт.;
- утяжелители для ног/рук – 4 комплекта;
- мяч волейбольный - 2 шт.;
- мяч футбольный - 2 шт.;
- мячи теннисные - 15 шт.;
- конуса переносные - 10 шт.
- насос ручной со штуцером — 2
- рулетка—1
- секундомер – 2 шт.;

### **Требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы**

Во избежание травматизма при проведении занятий особое внимание уделяется подготовке места проведения занятий и организма обучаемых к выполнению технических действий, требующих высокой координации их исполнения, и дисциплине в группе обучающихся. Технические действия, обучаемые выполняют плавно без рывков, и по сигналу партнера (хлопками по телу или голосом «ЕСТЬ») немедленно прекращают действия. Разучивание приемов страховки и само страховки осуществляется на первых занятиях, и в дальнейшем они постоянно совершенствуются.

Вся ответственность за безопасность обучающихся в бассейнах и залах возлагается на преподавателей, непосредственно проводящих занятия с группой.

На первом занятии необходимо ознакомить обучающихся Учреждения с правилами безопасности при проведении занятий.

Тренер - преподаватель обязан:

1. Производить построение и перекличку учебных групп перед занятиями с последующей регистрацией в журнале. Опоздавшие к занятиям не допускаются.
2. Не допускать увеличения числа обучающихся в каждой группе сверх установленной нормы.
3. Сообщать директору Учреждения и ответственному за охрану труда о происшествиях всякого рода, травмах и несчастных случаях.

### **6.Формы аттестации**

**Цель промежуточной и итоговой аттестации** – выявление уровня освоения обучающимися программ дополнительного образования и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеобразовательных программ.

## Инструментарий мониторинга

1. Цель: выявить умение детей действовать с мячом, реагировать на сигнал.

Упражнение «Ходи - отбивай мяч не теряй»

Инструкция: ходьба по залу отбивая мяч.

2. Цель: выявить умение удерживать мяч на уровне груди.

Упражнение «Мяч в руки»

Инструкция: перебрасываем мяч друг другу точно в руки.

3. Цель: выявить умения ловить мяч, продвигаясь навстречу летящему мячу.

Упражнение «Поймай мяч»

Инструкция: ловим мяч кистями рук, продвигаемся навстречу летящему мячу.

4. Цель: развивать умения согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Упражнение «Мяч водящему»

Инструкция: перебрасываем мяч друг другу, сопровождаем мяч взглядом.

5. Цель: выявить умения детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения

Упражнение «Мотоциклисты»

Инструкции: отбиваем мяч по залу слева от себя, отбиваем мяч по залу справа от себя, смотрим вперед.

## Критерии оценки.

Уровень	Техника		Ловля мяча	Передача мяча	Ведение мяча
	перемещение	Удержани е			
Высокий 3 балл	Свободно двигается по площадке, после сигнала быстро останавливаетс я и принимает исходное положение	Мяч держит на уровне груди, руки согнуты, пальцы широко расставлен ы, локти вниз	Мяч ловит кистями рук, не прижимая к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу	Локти опущены вниз, бросает мяч на уровне груди партнера, сопровожд ает мяч взглядом	Ведет мяч впереди – сбоку, а не прямо перед собой, смотрит вперед, а не вниз на мяч
Средний 2 балл	По площадке передвигается	Узкое расположе	Зажимает мяч, обхватывает	Локти разведены	Туловище наклонен

	быстро, часто останавливается, но не правильно принимает исходное положение	ние пальцев на мяче, локти разведены в стороны	его руками	в стороны, неправильная стойка, плотно сжатые и прямые ноги	о вперед, удары по мячу расслабленной ладонью, ведет мяч прямо пред собой
Низкий 1 балл	Движения быстрые, но не координированные, не сохраняет дистанцию	Держит мяч высоко, закрывает лицо	Прием мяча на заранее согнутые руки без амортизирующих движений	Руки чрезмерно разведены в стороны, не контролирует постановку у ног, не сохраняет положение полуприсяды	Туловище сильно наклонено вперед, узкое расположение пальцев, движения медленные, скованные

## 8. Методическое обеспечение.

### Методы и формы обучения

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

#### Методы:

Наглядные - показ движения, слуховые и зрительные ориентиры, имитация.  
Словесные - объяснение, название упражнения, указания, пояснения, команды,  
описание, анализ действия, оценка, вопросы к детям, словесные инструкции.  
Практические - выполнение упражнений без изменений и с изменениями,  
практическое опробование, проведение упражнений в игровой и



соревновательной форме, выполнение упражнений в различных условиях.

**Приемы:** упражнение, игра.

### *Методика 1*

*Цель:* выявить умение детей действовать с мячом, реагировать на сигнал.

*I часть.* Игра «Играй, играй, мяч не теряй»;

*II часть.* Игра «Поймай мяч»;

*III часть.* Игра «Сбей кеглю».

### *Методика 2*

*Цель:* выявить умения детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения, а также проверить развитие ориентировки в пространстве, ловкости.

*I часть.* 1. Ведение мяча правой и левой рукой, свободно передвигаясь по площадке. 2. Ведение мяча с изменением направления передвижения.

*II часть.* Подвижная игра «Мотоциклисты».

*III часть.* Дети строятся в круг. В середине круга – мяч. Один ребенок, которого назначает взрослый, закрывает глаза, делает поворот кругом. Он должен, не глядя, пройти до мяча и попасть ногой (одним движением) в мяч.

### *Методика 3*

*Цель:* проверить ведение мяча правой рукой и броски мяча в корзину.

Дети построены в 2 колонны, по 6 игроков в колонне напротив корзины, на расстоянии 10 м от них. Первые в колоннах ведут мячи ближе к корзинам, останавливаются и бросают в них мячи двумя руками от груди, ловят мячи, ведут обратно и передают следующим игрокам.

1. Челночный бег на 30м (ловкость).
2. Прыжки в высоту с места (количественные показатели, сила).
3. Броски мяча в корзину с расстояния 3м (глазомер, сила), высота кольца – 2м.

*Мотивационные условия:*

Для формирования мотивации используется разнообразие действий, разнообразие игровых ситуаций, а также «фактор необычности»: при выполнении привычных действий детям предлагаются усложненные варианты с мячом:

- ведение мяча с обусловленной реакцией на звуковые или зрительные сигналы;
- ведение мяча с сопротивлением или с дополнительными заданиями;
- комбинированные игры – эстафеты;
- игровые задания: «Мяч между кеглями», «По узкой дорожке», «Точно в цель» и т.д.

В работе с детьми применяется метод поощрения. Он заключается в том, что дети сами выбирают лучшего спортсмена и дают фишки тому, кто, по их мнению, не допустил ошибки за время тренировки.

*Научно-методические условия:*

- учебно-дидактический материал: карточки-задания, схемы, рисунки, фотографии, модели.

## **9.Список литературы**

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. -100 с.  
Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008г. -62 с.
2. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие

- /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007г. - 134 с.
3. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1999г. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт»)
  4. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999г. - 256 с. с илл.
  5. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006. - 211, [13] с.: с илл.
  6. Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. 4- издание.
  7. Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.
  8. Зельдович, Т. А. Подготовка юных баскетболистов
  9. Гришин, В. Г. Игры с мячом и ракеткой/ В. Г. Гришин.- М.: Педагогика, 1975.

### **Информационные ресурсы**

1. Нормативно-правовые и методические материалы по баскетболу.  
Режим доступа: <http://dyussh.jimdo.com>
2. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта.  
Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/>