Департамент по образованию администрации Волгограда

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 117 Красноармейского района Волгограда»
(МОУ СШ № 117)

ПРИНЯТО
Заседание Педагогического совета
Протокол № 1
от «31» 08 2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ МОУ СШ №117
№250 от «1» 09 2026г.
Директор МОУ СШ №117
_____И.А.Клачкова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол»

Физкультурно-спортивная направленность

Уровень: стартовый

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации: один год, 2026/27 учебный год

Объём: 68 академических часов, 34 учебные недели

Форма обучения: очная

Составитель: Овсянников Р.О.,
педагог дополнительного обучения

Волгоград, 2026

Оглавление

Разделы программы и приложенные материалы

1. Пояснительная записка 3
2. Учебный план 5
3. Календарный учебный график 6
4. Содержание программы 14
5. Воспитание 18
6. Планируемые результаты 19
7. Ресурсное обеспечение 20
8. Список литературы и электронных ресурсов 22
9. Оценочные материалы 23
10. Методические материалы 26

1. Пояснительная записка

1.1. Назначение и особенности программы

Начальный баскетбол развивает управление предметом и понимание совместного движения. Подросток учится не только вести и бросать, но и замечать готовность партнёра, выбирать свободную линию и останавливаться без столкновения. Программа подходит для начала занятий без предварительного отбора по росту, прыгучести или результативности броска.

Приоритетом служат техническая грамотность и сотрудничество. Применяются облегчённые мячи подходящего размера, близкие дистанции и по возможности регулируемая высота кольца. Учебная игра исключает контактный отбор, заслоны телом, борьбу за отскок и опасное сближение под кольцом. Это общеразвивающий курс, а не спортивная подготовка к квалификационным соревнованиям.

1.2. Адресат и условия зачисления

Возраст обучающихся: 13-17 лет. Уровень программы: стартовый.

Спортивный отбор не проводится. Понимание инструкции, сообщение о самочувствии и ориентирование поддерживаются индивидуально. Допуск и ограничения определяются действующим порядком и медицинским заключением.

Рекомендуемый состав группы: 12-16 человек; индивидуально, в парах и подгруппах. Педагог видит каждого; действующая подгруппа уменьшается при недостаточной площади или необходимости дополнительного сопровождения.

1.3. Цель и задачи

Цель: Научить начинающих безопасно вести, передавать и ловить мяч, выполнять доступный близкий бросок и выбирать командное действие в малой бесконтактной учебной игре.

Обучающие задачи

• Освоить устойчивую стойку, остановку и безопасный поворот без мяча.

• Выполнять ведение на месте и в свободном коридоре.

• Ловить и передавать мяч двумя руками готовому партнёру.

• Освоить доступный близкий бросок из устойчивого положения.

• Открываться для передачи и выбирать действие в малой игре.

Развивающие задачи

• Сравнивать собственное действие с двумя заранее названными признаками образца и выбирать одно посильное исправление.

• Слушать условие, уточнять непонятное, договариваться о порядке работы и менять роли без потери безопасности.

• Переносить освоенное правило в изменённую учебную ситуацию и объяснять причину своего решения.

Воспитательные задачи

• Осваивать уважительное взаимодействие, принимать право товарища на другой темп и доступный вариант задания.

• Бережно обращаться с общим инвентарём и своевременно сообщать взрослому о неисправностях.

• Замечать собственное продвижение и обращаться за помощью без сравнения внешности, силы или скорости сверстников.

1.4. Объём и организация занятий

Программа рассчитана на один год: 34 учебные недели, 68 академических часов. Проводятся два занятия в неделю в разные дни, каждое продолжительностью 45 минут. Такая продолжительность академического часа выбрана для данной программы и не обозначает единого федерального норматива. Расписание и перерывы закрепляются в локальном режиме с учётом возраста и действующих санитарных требований. Академический час включает объяснение, разминку, практику и заключительную часть. Двигательная активность чередуется с объяснением, показом и отдыхом по состоянию обучающихся. Переодевание, дорога и бытовые переходы в учебные часы не включаются. Обязательные домашние задания не предусмотрены.

Программа на 2026/27 учебный год: 34 недели, 68 академических часов, два отдельных занятия по 45 минут еженедельно. Переодевание и дорога не включены. Возраст является педагогическим выбором. Теория учитывается как суммарное время показа, объяснения и обсуждения внутри подвижных занятий.

Последовательность обучения: владение мячом на месте, движение по отдельной дорожке, пара, тройка, малая игра. Бросковые станции размещаются так, чтобы никто не входил под чужой бросок. На начальном этапе защитник только закрывает линию передачи на расстоянии; вырывать мяч из рук и выбивать из ведения запрещено. Учебные смены короткие, участники регулярно меняют роли.

Занятие включает проверку готовности, разминку, освоение и применение движения, спокойное завершение. Педагог регулирует объём по качеству действий и самочувствию. После пропуска достаточно повторного показа и опорной пробы внутри ближайшего занятия. Домашняя тренировка, покупка оборудования и цифровые отчёты не обязательны.

Фактические даты начала и окончания, каникулы, праздничные дни, расписание и переносы организация указывает в своём календаре до начала реализации. Нумерация недель в программе отражает последовательность обучения и не задаёт несуществующих календарных дат.

1.5. Основания разработки

Программа разработана с учётом Федерального закона № 273-ФЗ и Порядка, утверждённого приказом Минпросвещения России № 629. При выборе структуры использованы методические рекомендации Минпросвещения России от 23.01.2026 № АБ-254/06. Это общеразвивающая программа: спортивные

разряды, этапы спортивной подготовки и профессиональная квалификация не присваиваются. Федеральные стандарты спортивной подготовки не используются как обязательный учебный план данной ДООП.

Допуск к занятиям осуществляется с учётом медицинских документов в соответствии с приказом Минздрава России от 19.05.2026 № 484н. В случаях пункта 35 заключение по результатам возрастного профилактического медицинского осмотра или диспансеризации с установленной I или II группой здоровья либо основной медицинской группой для занятий физкультурой принимается без дополнительного заключения. Медицинские ограничения обязательны; педагог не устанавливает диагноз и не отменяет рекомендации врача. Педагогическая входная диагностика не заменяет медицинский допуск.

При реализации учитываются СП 2.4.2.4283-26 и применимые гигиенические нормативы.

2. Учебный план

Теория включает объяснение правил, показ, обсуждение безопасности и разбор учебных ситуаций. Практика включает освоение действий, упражнения, учебные игры, решение позиций и оценочные задания по содержанию программы. В колонках «Т» и «П» указана суммарная трудоёмкость теоретических и практических частей в академических часах. Эти части распределяются внутри занятий; теория не означает неподвижное слушание в течение всего занятия. Двойной учёт времени исключается.

№	Раздел	Всего	Т	П	Форма контроля
1	Площадка мяч и готовность	4	2	2	Соблюдает личную зону и принимает мяч без опасного сближения.
2	Стойка перемещения и остановка	10	2	8	Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.
3	Ведение и контроль отскока	10	2	8	Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.
4	Передача ловля и открывание	10	2	8	Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.
5	Близкий бросок и безопасный подбор	12	2	10	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.
6	Малая игра и командный выбор	14	2	12	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.
7	Итоговый маршрут и игровое решение	8	2	6	Показывает управляемую технику и безопасный выбор по расположению участников.
	Итого	68	14	54	Контроль в составе указанных часов

3. Календарный учебный график

Учебный период: 2026/27 год. Продолжительность: 34 учебные недели. В колонке «№» указан номер учебной недели. В каждой строке запланированы два разных занятия по одному академическому часу. Т/П обозначает количество часов теории и практики за неделю; сумма в строке равна двум.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
1	Знакомство с площадкой	Занятие 1. Осматривают разметку и зоны ожидания, обсуждают запрет висеть на кольце и заходить под чужой бросок. Занятие 2. Выполняют первые входные задания и пробуют удобное удержание мяча двумя руками перед собой. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Соблюдает личную зону и принимает мяч без опасного сближения.
2	Мяч и готовые руки	Занятие 1. Ловят мяч после собственного удобного отскока, мягко сгибая руки и сохраняя устойчивую стойку. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Завершают входную диагностику и выполняют разминку с простыми переносами мяча в личной зоне. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Соблюдает личную зону и принимает мяч без опасного сближения.
3	Баскетбольная стойка	Занятие 1. Находят удобную стойку со слегка согнутыми ногами и свободными руками без напряжённого удержания. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Переходят из стойки к обычному шагу и обратно, выбирая устойчивое положение стоп. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.
4	Приставной шаг	Занятие 1. Осваивают приставные шаги по отдельной дорожке без соперника и резких пересечений ног. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняют направление после остановки, проверяя свободное пространство и положение соседней группы. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
5	Остановка после движения	Занятие 1. Выполняют спокойное перемещение и управляемую остановку в широкой обозначенной зоне без максимального разгона. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Повторяют с меньшим темпом, если окончание движения сопровождается лишними неуправляемыми шагами. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.
6	Поворот на месте	Занятие 1. Пробуют небольшой поворот шагом свободной ноги при сохранении выбранной опорной ноги на месте. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Добавляют удержание мяча двумя руками и сравнивают устойчивость доступных направлений поворота. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.
7	Стойка и обзор	Занятие 1. Соединяют перемещение, остановку и взгляд на двух возможных партнёров в разных свободных позициях. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Объясняют, как устойчивое положение помогает увидеть передачу и избежать столкновения. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.
8	Отскок на месте	Занятие 1. Направляют мяч в пол удобной рукой, регулируя высоту отскока и сохраняя личную зону. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Пробуют другую руку без требования одинакового результата и выбирают доступное число качественных повторов. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
9	Мягкое управление	Занятие 1. Сравнивают толчок ладонью и мягкое направление пальцами по показу педагога, добиваясь управляемого отскока. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Чередуют короткую серию ведения с удержанием мяча и спокойной паузой без работы до отказа. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.
10	Ведение шагом	Занятие 1. Ведут мяч шагом по широкому прямому коридору, не приближаясь к другой работающей дорожке. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Останавливаются в свободной зоне и удерживают мяч двумя руками, завершая серию ведения. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.
11	Взгляд вперёд	Занятие 1. Во время ведения замечают показанный цветовой ориентир и продолжают движение в удобном темпе. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Уменьшают сложность до ведения на месте, если подъём взгляда приводит к потере управления. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.
12	Дуга и остановка	Занятие 1. Ведут мяч по широкой дуге вокруг конуса, заранее снижая темп перед остановкой. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Объясняют, почему после удержания мяча нельзя просто начать новое ведение в учебном эпизоде. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
13	Передача от груди	Занятие 1. Передают мяч двумя руками от груди с небольшой дистанции только готовому партнёру. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Ловят мяч с мягким сгибанием рук, уменьшая силу передачи при затруднении принимающего. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.
14	Передача с отскоком	Занятие 1. Осваивают передачу двумя руками с отскоком от пола в удобную для партнёра зону. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Сравнивают отскок слишком близко и подходящий по показу, корректируют направление без увеличения силы. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.
15	Ловля и поворот	Занятие 1. После ловли занимают устойчивую стойку и показывают небольшой разрешённый поворот к следующему партнёру. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Передают мяч дальше по широкому треугольнику, сохраняя опорную ногу и безопасную дистанцию. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.
16	Передай и откройся	Занятие 1. Передают мяч и переходят к свободной метке, не перекрывая линию следующей передачи. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. В тройке меняются ролями и заранее показывают готовность руками без крика и толчков. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
17	Промежуточная связка	Занятие 1. Ведут мяч по короткой дорожке, останавливаются, передают готовому партнёру и открываются к метке. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Ловят обратную передачу, объясняют выбранное место и повторяют один элемент после адресной подсказки. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.
18	Направление броска	Занятие 1. Пробуют мягкий бросок в широкую безопасную мишень с близкой дистанции из устойчивой стойки. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Выбирают подходящий размер мяча и объясняют, почему техника важнее силы и дальности. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.
19	Близкое кольцо	Занятие 1. Разучивают доступный бросок с места в кольцо на подходящей высоте либо согласованную мишень. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Повторяют после одной подсказки о направлении, не оценивая число попаданий как итог освоения. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.
20	Руки и ноги	Занятие 1. Согласуют небольшое сгибание и выпрямление ног с мягким движением рук при близком броске. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Уменьшают дистанцию или используют облегчённый мяч, если движение превращается в силовой рывок. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
21	Очередь и подбор	Занятие 1. Показывают порядок броска, ожидания и подбора мяча после освобождения пространства под кольцом. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Работают по очереди без борьбы за отскок, возвращая мяч отдельным безопасным проходом. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.
22	Передача к броску	Занятие 1. Получают удобную передачу, устойчиво останавливаются и выполняют близкий бросок без защитника. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняются подающими и бросающими, заранее проверяя готовность и отсутствие других участников под целью. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.
23	Выбор броска	Занятие 1. Сравнивают ситуацию свободной близкой цели и закрытого направления на остановленной учебной схеме. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Выбирают бросок либо передачу готовому партнёру и объясняют решение без оценки результативности. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.
24	Два варианта передачи	Занятие 1. Владеющий мячом выбирает одного из двух готовых партнёров по свободной линии без защитного давления. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. После передачи участники меняют позиции шагом и показывают новое удобное расположение тройки. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
25	Условный защитник	Занятие 1. Пара выполняет передачу мимо неподвижного ориентира, затем участника, ограниченного отдельной полосой. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняются ролями и прекращают эпизод при опасном сближении, не пытаясь вырвать мяч из рук. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.
26	Перехват в линии	Занятие 1. Пробуют перехват уже летящей удобной передачи в свободной зоне без контакта с передающим либо принимающим. Занятие 2. Разбирают различие между безопасным перехватом и запрещённым ударом по рукам на словесном примере. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.
27	Игра на целевую зону	Занятие 1. Играют три на три с задачей передать мяч готовому партнёру в свободной целевой зоне. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Соблюдают учебные ограничения ведения и перемещения с удерживаемым мячом, останавливаясь для короткого объяснения ошибок. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.
28	Ввод после выхода	Занятие 1. Показывают выход мяча за границу и ввод по сигналу с заранее обозначенного места. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Соперники отходят на согласованную дистанцию, принимающий открывается без блокирования телом и толчков. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
29	Игра на кольцо	Занятие 1. При безопасной организации играют короткие эпизоды три на три с близкими бросками и без борьбы за отскок. Занятие 2. После броска эпизод останавливается, назначенный участник подбирает мяч и начинается новая учебная ситуация. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.
30	Равное участие	Занятие 1. Проводят короткие смены с заранее распределённым временем и разными начальными позициями каждого участника. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Обсуждают удачную поддержку партнёра и повторяют эпизод без ранжирования по росту либо забитым мячам. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.
31	Подготовка итогового маршрута	Занятие 1. Выбирают удобные расстояния ведения, передачи и близкого броска, согласуют безопасный путь между станциями. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Проверяют действия отдельно и выбирают облегчённый мяч либо более близкую цель при необходимости. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Показывает управляемую технику и безопасный выбор по расположению участников.
32	Репетиция решения	Занятие 1. Выполняют пробный маршрут, затем выбирают передачу либо ведение по расположению условного защитника. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Объясняют выбор и повторяют трудный элемент после одной конкретной подсказки без повышения скорости. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Показывает управляемую технику и безопасный выбор по расположению участников.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
33	Итоговая практическая работа	Занятие 1. Показывают ведение, остановку, передачу, ловлю и доступный бросок с соблюдением безопасного подбора. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Участвуют в коротком бесконтактном эпизоде и объясняют решение с учётом готовности партнёра. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Показывает управляемую технику и безопасный выбор по расположению участников.
34	Повтор и завершение	Занятие 1. Повторяют необходимую часть после адресной помощи и отмечают личное освоение техники и правил. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Завершают год общей игрой на передачи, меняют роли и совместно проверяют возврат оборудования. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Показывает управляемую технику и безопасный выбор по расположению участников.

Всего по графику: 68 часов; теория 14, практика 54. Промежуточная работа предусмотрена к 17-й неделе; итоговая работа завершает обучение.

4. Содержание программы

4.1. Площадка мяч и готовность

Объём: 4 ч. Теория: 2 ч. Практика: 2 ч.

Теоретическое содержание

Граница, стойка, готовность рук к ловле и безопасность оборудования. Высота кольца и размер мяча подбираются для освоения, а не демонстрации силы. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Проводятся входные задания и знакомство с личной зоной. Дети держат мяч двумя руками, переносят его перед собой, ловят после удобного собственного отскока. Стойки и зоны под кольцом проверяет педагог. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка

обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Безопасная готовность к действиям с мячом.

Контроль: Соблюдает личную зону и принимает мяч без опасного сближения.

4.2. Стойка перемещения и остановка

Объём: 10 ч. Теория: 2 ч. Практика: 8 ч.

Теоретическое содержание

Устойчивая стойка, направление, остановка и опорная нога в простом повороте. Начальное обучение идёт без соперника и без резкого ускорения. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Осваиваются ходьба, лёгкое перемещение по прямой, приставной шаг, спокойная остановка и поворот на месте в доступном диапазоне. Педагог отдельно объясняет сохранение опорной ноги при повороте с удерживаемым мячом, не требуя сложного сочетания шагов. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Управляемое перемещение и остановка.

Контроль: Сохраняет устойчивость, свободное направление и безопасную дистанцию.

4.3. Ведение и контроль отскока

Объём: 10 ч. Теория: 2 ч. Практика: 8 ч.

Теоретическое содержание

Управляемый отскок, мягкое направление мяча пальцами, высота отскока и взгляд на путь. Удержание мяча завершает учебную серию ведения. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Ведение разучивается на месте, затем шагом по прямой и широкой дуге. Подростки пробуют обе руки в доступной степени, контролируют мяч сбоку от себя и постепенно поднимают взгляд. При потере мяча не пересекают

работающий коридор, а останавливаются и обращаются к педагогу. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Ведение с безопасной остановкой и удержанием.

Контроль: Регулирует отскок и сохраняет мяч в своём свободном коридоре.

4.4. Передача ловля и открывание

Объём: 10 ч. Теория: 2 ч. Практика: 8 ч.

Теоретическое содержание

Готовность принимающего, передача от груди, передача с отскоком и мягкая ловля. Передача направляется удобно партнёру, не в лицо. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

В парах осваиваются передачи двумя руками от груди на короткой дистанции и передачи с отскоком от пола. Затем вводится шаг к свободной метке после передачи. На неделе семнадцать проверяются ведение, остановка, передача и открывание без защитника. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Согласованная передача и движение на свободное место.

Контроль: Проверяет готовность партнёра и создаёт новую линию после передачи.

4.5. Близкий бросок и безопасный подбор

Объём: 12 ч. Теория: 2 ч. Практика: 10 ч.

Теоретическое содержание

Устойчивое исходное положение, направление броска, согласованная работа рук и ног, свободная зона под кольцом. Попадание не заменяет технику. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет.

Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Близкий бросок выполняется с места доступным способом, согласованным педагогом, в пониженное кольцо при наличии либо удобную мишень. Не требуется прыжок на максимум. Подбор мяча начинается после завершения броска и сигнала, без борьбы и скопления участников. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Управляемый бросок с соблюдением безопасной очереди.

Контроль: Выполняет доступный бросок и не входит в занятую зону подбора.

4.6. Малая игра и командный выбор

Объём: 14 ч. Теория: 2 ч. Практика: 12 ч.

Теоретическое содержание

Свободная линия, поддержка, учебный защитник, выход мяча и возобновление. Правила адаптированы и объявляются отдельно от официального регламента. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Проводятся эпизоды два против условного одного, игры три на три сначала на передачу через целевую зону, затем на кольцо при безопасных условиях. Защитник перехватывает передачу только в свободной линии, не вырывает мяч и не выбивает его из ведения. Контактные заслоны и борьба за отскок отсутствуют. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Выбор ведения, передачи или близкого броска.

Контроль: Принимает безопасное решение и поддерживает партнёров свободной позицией.

4.7. Итоговый маршрут и игровое решение

Объём: 8 ч. Теория: 2 ч. Практика: 6 ч.

Теоретическое содержание

Индивидуальный технический показ и объяснение командного выбора. Итог не требует попаданий или преимущества в игре. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Каждый демонстрирует ведение, остановку, передачу, ловлю и доступный близкий бросок в безопасном порядке. Затем показывает выбор в коротком эпизоде с партнёром и условным защитником. Педагог оценивает управление, правила и сотрудничество; предусмотрена повторная попытка. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Практический маршрут и объяснённое игровое решение.

Контроль: Показывает управляемую технику и безопасный выбор по расположению участников.

5. Воспитание

Цель воспитательной работы: Развивать готовность поддерживать партнёра и уважать безопасные границы каждого участника.

• Совместное установление коротких правил заботы о партнёре и обсуждение конкретных ситуаций после остановки движения.

• Ротация посильных ролей помощника, исполнителя, наблюдателя и ответственного за возврат инвентаря.

• Поддержка честной попытки и понятной просьбы о помощи без публичного сравнения физических возможностей.

Период	Мероприятие и форма работы	Ожидаемое проявление
1-2 недели	Договор о мяче и кольце.	Дети называют безопасные зоны.
7 неделя	Устойчивость без сравнения.	Разный темп принимается спокойно.
12 неделя	Право на облегчённый мяч.	Оборудование выбирается по удобству.

Период	Мероприятие и форма работы	Ожидаемое проявление
17 неделя	Передача для партнёра.	Сила и направление помогают принимающему.
23 неделя	Подбор без борьбы.	Дети соблюдают очередь и сигнал.
29 неделя	Командное решение.	Предложения обсуждаются без обвинений.
34 неделя	Равное участие.	Все меняют роли и называют личное продвижение.

Обсуждаются конкретные поступки: предупреждение о помехе, соблюдение очереди, понятная помощь. Личность и убеждения не оцениваются. Публичное выступление можно заменить индивидуальным объяснением.

6. Планируемые результаты

6.1. Предметные результаты

• Соблюдает личное пространство и сигнал остановки.

• Управляет отскоком мяча на месте и в движении.

• Останавливает ведение и удерживает мяч без лишнего перемещения.

• Выполняет удобную передачу от груди либо с отскоком.

• Ловит мяч двумя руками, смягчая приём.

• Показывает доступный близкий бросок без требования попадания.

• После передачи открывается на свободную позицию.

• Применяет учебные правила без контактного отбора и объясняет выбор действия.

6.2. Метапредметные результаты

• Выделяет главное условие задания и проверяет его выполнение после собственной попытки.

• Даёт товарищу короткую предметную подсказку, принимает обратную связь и выбирает корректировку.

• Работает в разных ролях, согласует начало и окончание общего действия.

6.3. Личностные результаты

• Соблюдает согласованные правила, возвращает инвентарь на место, сообщает об опасной ситуации.

• Использует уважительные формулировки при обсуждении ошибок и различий в возможностях участников.

• Называет личное учебное продвижение и посильный следующий шаг без публичного ранжирования детей.

Предметные результаты подтверждаются наблюдением за учебными действиями и оценочными заданиями из раздела 9. Итог оценивает освоение

правил и безопасного способа действия, а не силу, массу тела, скорость любой ценой или выполнение обязательного спортивного норматива. Личностные результаты обсуждаются в самооценке и педагогическом наблюдении без отметок за убеждения, сравнения личности ребёнка с другими детьми и публичного рейтинга.

7. Ресурсное обеспечение

7.1. Кадровые и материальные условия

Программу реализует педагогический работник, отвечающий требованиям статьи 46 Федерального закона № 273-ФЗ и квалификационным требованиям к занимаемой должности. При назначении педагога дополнительного образования учитывается профессиональный стандарт, утверждённый приказом Минтруда России от 22.09.2021 № 652н. Организация проверяет образование, подготовку по безопасности и первой помощи, а также предусмотренные законом допуски работника.

Педагог с компетенциями начального обучения баскетболу, подбора возрастного инвентаря, безопасной организации бросковых станций и бесконтактной игры; владеет порядком первой помощи.

Нескользкий зал с защищёнными стойками, свободной зоной под кольцом и разделёнными дорожками для ведения и передач.

• 8-15 облегчённых баскетбольных мячей подходящего для рук размера.

• Исправные кольца, по возможности регулируемые, либо безопасные широкие мишени для первых бросковых проб.

• 20 мягких конусов и 15 плоских меток.

• Манишки двух цветов по 8 штук, карточки открытых линий передачи.

7.2. Учебные средства и доступные варианты

• Печатные схемы треугольника и учебных правил.

• Руководство FIBA WABC по начальному баскетболу для педагога; детям не нужны аккаунты и домашняя видеозапись.

При отсутствии регулируемого кольца используется близкая безопасная мишень; это проверка броскового движения, а не подтверждение попадания в стандартное кольцо.

Если зал мал, сохраняются личные станции и пары; малая игра не проводится при недостаточных проходах.

7.3. Методическое обеспечение

Ведение разучивается с управляемого отскока на месте, затем добавляется шаг и только потом изменение направления. Педагог подбирает размер мяча, а не требует силой компенсировать неподходящее оборудование. Если взгляд всё время направлен вниз, задача упрощается до распознавания одного крупного ориентира.

Передача оценивается через удобство ловли партнёром; бросок через согласованное движение и безопасный порядок. При игре педагог останавливает эпизод до опасного контакта и предлагает показать свободную линию. Командное решение можно объяснить и продемонстрировать шагом, прежде чем вернуться к игровому темпу.

Обратная связь касается одного наблюдаемого признака. Педагог называет нужное действие и предоставляет новую попытку. Напарник не исправляет тело руками. Помощь сокращается от показа к жесту и самостоятельному выбору; при повторении ошибки упрощаются исходные условия.

Ребёнок выбирает из двух заранее проверенных вариантов. Объяснение возможно устно, жестом или показом. Обязательные дневники, видеосъёмка и публикация результатов не предусмотрены.

7.4. Безопасность

• Стойки, щиты и кольца исправны, опасные элементы защищены, вокруг цели есть свободное пространство.

• Запрещено висеть на кольце, залезать на стойки и находиться под чужим броском.

• Мячи соответствуют возрасту и размеру рук; силовые передачи в лицо исключены.

• Вырывание мяча из рук, удары по рукам, выбивание из ведения и силовой контакт запрещены.

• Нет контактных заслонов, подныривания под игрока и борьбы за отскок.

• Бросковые станции работают по очереди; подбор выполняется после сигнала и освобождения зоны.

• При потере мяча ребёнок не пересекает чужую работающую дорожку, а останавливается и сообщает педагогу.

• При боли, головокружении или необычной слабости действие прекращается; педагог организует помощь по установленному порядку.

Перед каждым новым видом практики педагог проводит целевой инструктаж, проверяет исправность оборудования и понятность сигнала остановки. При неисправности или небезопасных условиях работа прекращается; обучающийся обращается к педагогу. Сведения об инструктажах оформляются по локальному порядку.

Нагрузка подбирается по возрасту, подготовленности, состоянию здоровья и медицинским ограничениям. При боли, головокружении, выраженной одышке или недомогании упражнение прекращается; педагог действует по утверждённому порядку первой помощи и вызова медицинской помощи. Занятия на сыром или повреждённом покрытии не проводятся. Максимальные усилия и выполнение задания через боль не используются.

7.5. Индивидуализация и специальные условия

Используются облегчённый мяч, близкая дистанция, крупная цель и регулируемое кольцо при наличии. Ведение допускается на месте, перемещение шагом; роль условного защитника ограничивается отдельной зоной. При невозможности безопасного броска в высокое кольцо проверяется движение в доступную мишень с честным указанием условий.

Инструкция даётся краткой речью, показом и крупной разметкой. Звуковой сигнал при необходимости дублируется жестом; сложный маршрут сокращается. Другие дети не страхуют. Согласованная помощь взрослого применяется при безопасных условиях для всех.

При ограничениях допустимые действия согласуются с семьёй и специалистами в установленном порядке. Диагноз публично не обсуждается. Наблюдение не подтверждает двигательный навык: нужна практическая попытка в разрешённых условиях. Если эквивалентное действие недоступно, уточняются индивидуальный план и ожидаемый результат.

При обучении ребёнка с ОВЗ или инвалидностью условия и, при необходимости, адаптированная программа разрабатываются индивидуально с учётом рекомендаций ПМПК и ИПРА, если они применимы, доступности среды и возможностей организации. Медицинские сведения не обсуждаются публично. Участие в программе не подменяет необходимую коррекционную помощь, лечение или медицинскую реабилитацию.

8. Список литературы и электронных ресурсов

8.1. Нормативные и методические источники

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статьи 2, 12, 28, 30, 75 и 84. Применяется в действующей редакции.

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201212300007

Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013

Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура». Письмо Минпросвещения России от 23.01.2026 № АБ-254/06. Рекомендуемая основа структуры и содержания.

https://gal.edummr.ru/wp-content/uploads/2026/02/metodicheskie_rekomendatsii_254_06_23_01_2026.pdf

СП 2.4.2.4283-26, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19. Действуют с 01.09.2026.

http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202606020083

Приказ Минздрава России от 19.05.2026 № 484н. Порядок медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом. Действует с 01.09.2026; для физкультурно-спортивных общеразвивающих программ применяются, в частности, пункты 35-38.

https://publication.pravo.gov.ru/document/0001202606020034

СанПиН 1.2.3685-21, постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2. Установленный срок действия до 01.03.2027; применимые нормы на последующий период необходимо уточнить до этой даты.

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н. Применяется при кадровом обеспечении в установленном порядке.

https://mintrud.gov.ru/docs/mintrud/orders/2203

8.2. Ресурсы по содержанию программы

FIBA WABC Mini Basketball Coaches Manual. Первичный методический источник для педагога о начальном обучении, доступном оборудовании и игровых заданиях; задания программы адаптированы под выбранный возраст и бесконтактный режим.

https://assets.fiba.basketball/image/upload/documents-corporate-wabc-coaching-manual-mini-basketball-eng.pdf

ВОЗ Физическая активность. Справочный материал для педагога о значении регулярного движения; не используется для назначения лечебных нагрузок.

https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

ЮНЕСКО Качественное физическое воспитание. Методические ориентиры разнообразия двигательного опыта и доступного участия; конкретные занятия и критерии разработаны автором программы.

https://www.unesco.org/en/quality-physical-education?hub=132471

Педагог заранее проверяет актуальность правил, доступность ресурса и условия использования. Правила вида спорта используются как основа объяснения; упрощённые учебные игры проводятся по обозначенным в программе условиям и не выдаются за официальное спортивное соревнование. Изменение оборудования допустимо при сохранении безопасности и заявленного результата.

9. Оценочные материалы

9.1. Входная диагностика

Невыборочная диагностика на первой неделе, внутри двух занятий. За выполнение после обычной инструкции 1 балл, при необходимости дополнительного обучения 0; безопасный отказ отмечается отдельно. Это не медицинское обследование.

№	Вопрос или задание	Ключ или ожидаемое действие	Балл
1	Что делать по сигналу остановки при ведении?	Остановиться управляемо, удержать мяч и посмотреть на педагога.	1
2	Можно ли вырвать мяч из рук партнёра в учебной игре?	Нет, контактный отбор запрещён.	1
3	Покажи ловлю после собственного удобного отскока.	Ловит двумя руками с мягким сгибанием и сохраняет устойчивость.	1
4	Куда направить передачу начинающему партнёру?	В удобную зону ниже лица после его готовности.	1
5	Можно ли подбирать мяч под чужим выполняющимся броском?	Нет, нужно дождаться завершения и сигнала безопасного подбора.	1
6	Что сделать после передачи для помощи партнёру?	Открыться в свободную позицию, не блокируя других телом.	1

Всего 6 баллов: 0-2 требуют подробного показа; 3-4 допускают основной вариант с карточкой; 5-6 позволяют дополнительный выбор. Результат не служит основанием отказа. Правила остановки повторяют до самостоятельной работы.

9.2. Промежуточная работа

Период: к 17-й учебной неделе.

Проведи мяч по короткому широкому коридору, остановись, передай готовому партнёру двумя руками и откройся к свободной метке. Поймай обратную передачу и объясни безопасное продолжение. Темп и расстояние выбираются индивидуально.

• Проверь коридор и готовность партнёра.

• Выполни ведение, остановку и передачу.

• Откройся, поймай мяч и объясни дальнейшее действие.

Критерий	Балл	Правила начисления баллов
Безопасность	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: соблюдает зоны с напоминанием; 2: самостоятельно проверяет пространство и готовность.
Ведение и остановка	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: регулирует после подсказки; 2: управляет отскоком и устойчиво завершает ведение.
Передача и ловля	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: выполняет с коррекцией; 2: направляет удобно и мягко ловит.
Открывание	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: выбирает метку по указанию; 2: сам создаёт свободную линию.

Максимум 8 баллов. Освоение: не менее 5 баллов и 2 балла за безопасность. При ином результате проводится адресный разбор и повторная практическая попытка на ближайшем занятии. Опасное действие немедленно останавливается.

9.3. Итоговая практическая работа

Пройди маршрут из пяти действий: ведение по свободному коридору, остановка, передача, ловля обратного мяча и доступный близкий бросок в кольцо либо согласованную мишень. После этого реши короткий эпизод с партнёром и условным защитником: выбери ведение или передачу. Соблюдай безопасный подбор и запрет контакта. Попадания, скорость и рост не оцениваются.

Что предъявляет обучающийся

• Практический маршрут с пятью действиями.

• Выбор в бесконтактном эпизоде.

• Объяснение безопасного подбора и продолжения игры.

Порядок выполнения

• Проверь площадку и выбери доступное оборудование.

• Выполни разминку и пробу дистанций.

• Покажи технический маршрут.

• Дождись сигнала безопасного подбора.

• Реши эпизод с условным защитником.

• Объясни выбор и повтори один фрагмент после обратной связи.

Вопросы для обсуждения результата

• Почему готовность партнёра важна перед передачей?

• Что можно делать после завершения ведения и удержания мяча?

• Как избежать столкновения под кольцом?

• Когда передача полезнее попытки вести мяч в закрытый коридор?

Критерий	Балл	Уровни выполнения
Безопасность	3	0: действие не продемонстрировано; 1: действует лишь после повторных остановок; 2: соблюдает условия с одним напоминанием; 3: самостоятельно проверяет пространство, сигнал и готовность участников.
Техника	3	0: действие не продемонстрировано; 1: выполняет часть действий с подробным показом; 2: выполняет основные действия с одной подсказкой; 3: управляемо выполняет все согласованные действия.
Решение задачи	3	0: действие не продемонстрировано; 1: теряет последовательность без сопровождения; 2: сохраняет последовательность с подсказкой; 3: самостоятельно выбирает действия по изменённому условию.

Критерий	Балл	Уровни выполнения
Объяснение	3	0: действие не продемонстрировано; 1: называет правило после наводящих вопросов; 2: объясняет правило на знакомом примере; 3: объясняет правило и безопасную альтернативу.
Сотрудничество	3	0: действие не продемонстрировано; 1: нуждается в постоянной помощи при смене ролей; 2: принимает очередь и подсказку; 3: согласует действия, меняет роли и применяет предметную подсказку.

Максимум 15 баллов. Освоение: не менее 10 баллов и 3 балла за безопасность. Опасное действие приостанавливает работу независимо от суммы. После коррекции предоставляется повторная попытка на 34-й неделе. Оцениваются освоенные действия и решения, а не физический максимум или превосходство над другими детьми.

Записываются дата, действие, помощь, индивидуальный вариант и рекомендация. Медицинская информация не публикуется. Физические показатели и внешность не ранжируются; домашние видео и отчёты не требуются.

10. Методические материалы

10.1. Передача и открывание за 40 минут

Цель: Связать ведение с командной поддержкой.

Материалы: Мячи, метки, широкие коридоры.

Порядок работы

1. 0-4 минуты: готовность и безопасные зоны.
2. 4-12 минут: разминка, ловля собственного отскока и короткое ведение.
3. 12-20 минут: ведение шагом и остановка.
4. 20-29 минут: передача, ловля и переход к свободной метке.
5. 29-35 минут: выбор передачи в тройке без контакта.
6. 35-40 минут: спокойное завершение и объяснение полезной позиции.

Проверка: Ведение управляемое, передача удобна, открывание не закрывает чужой путь.

Дополнительная задача: Добавить условный закрытый коридор.

Методический комментарий: Если мяч теряется при движении, вернуться к месту и укоротить маршрут.

10.2. Близкий бросок без очереди под кольцом

Цель: Освоить движение и безопасный подбор.

Материалы: Доступное кольцо либо широкая мишень, облегчённый мяч.

Порядок работы

1. Проверить пустую зону цели.

2. Занять устойчивое положение на близкой дистанции.

3. Выполнить мягкий бросок доступным способом.

4. Остаться вне чужого пути.

5. После сигнала подобрать мяч.

6. Вернуться отдельным проходом и сменить роль.

Проверка: Под целью нет борьбы, техника не заменяется силовым рывком.

Дополнительная задача: Изменить дистанцию только при сохранении лёгкого движения.

Методический комментарий: Попадание не засчитывается как успех при нарушении безопасного порядка.

10.3. Свободная линия передачи

Цель: Выбрать безопасное командное решение.

Материалы: Три участника, метки, условный ориентир.

Порядок работы

1. Рассмотреть позиции без движения.

2. Показать готовность к ловле.

3. Назвать открытую линию.

4. Передать удобным способом.

5. Открыться в новую позицию.

6. Изменить одну позицию и объяснить новое решение.

Проверка: Каждый видит мяч и сохраняет свободный путь.

Дополнительная задача: Ввести защитника только в отдельную полосу.

Методический комментарий: Не допускать вырывания мяча или блокирования телом.

10.4. Основные понятия

Понятие	**Пояснение**
Стойка	Устойчивое положение для начала баскетбольного действия.
Ведение	Управляемое последовательное направление мяча в пол одной рукой.
Ловля	Приём мяча с сохранением контроля.
Передача от груди	Передача двумя руками из положения перед грудью.
Передача с отскоком	Направление мяча партнёру через один удобный отскок от пола.
Опорная нога	Нога, сохраняющая положение при разрешённом повороте с мячом.
Открывание	Перемещение на свободную позицию для передачи.
Подбор	Овладение мячом после броска; в программе только без борьбы по безопасному порядку.
Целевая зона	Обозначенный участок для учебной передачи.

Понятие	Пояснение
Близкий бросок	Управляемое направление мяча в доступную цель с небольшой дистанции.