

## У НОМЕРІ:

### Тематичний випуск «БАСКЕТБОЛ»

#### Редакційні матеріали

- 2 ЗІ СВЯТОМ 8 БЕРЕЗНЯ!  
*Луцик І. В.*

#### Знаменні дати

- 3 ВИДАТНІ ЛЮДИ ТА ПОДІЇ  
БЕРЕЗНЯ  
*Луцик І. В.*

#### Мій досвід

- 6 УРОК БАСКЕТБОЛУ  
5 клас  
*Трепач М. А.*
- 9 УРОК БАСКЕТБОЛУ  
6 клас  
*Мітолкіна О. В.*
- 11 УРОК БАСКЕТБОЛУ  
7 клас  
*Ткач С. М.*
- 14 УРОК БАСКЕТБОЛУ  
9 клас  
*Тутов В. В.*
- 17 УРОК БАСКЕТБОЛУ  
10 клас  
*Павленко В. І.*

#### Юридична консультація

- 20 ПРАВО Й ОСВІТЯНСЬКІ РЕАЛІЇ  
*Башинський Г. І.*

#### Плануємо та контролюємо

- 22 ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ  
ЗА РІВНЕМ ТЕХНІЧНОЇ  
ПІДГОТОВЛЕНОСТІ У БАСКЕТБОЛІ  
*Єгорова Т. А., Стрикаленко Є. А.,  
Шалар О. Г.*

#### Методичні перлинки

- 27 РУХЛИВІ ІГРИ З МОДУЛЯ «БАСКЕТБОЛ»  
*Тучинський А. Ф.*

#### Спортивна майстерність

- 33 НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ КИДКА  
В БАСКЕТБОЛІ  
*Скрипець Е. Б.*

#### Цілком офіційно

- 35 ПРАВИЛА ПРОВЕДЕННЯ  
ADIDAS STREETBALL CHALLENGE

#### Свято фізкультури

- 37 «БАСКЕТБОЛЬНА НАДІЯ»  
Свято для учнів середніх класів  
*Ткаченко Р. С.*

#### Вкладка

«Популярна енциклопедія спорту»  
БАСКЕТБОЛ

#### Кольорова вкладка

ВИЗНАЧНІ СПОРТИВНІ  
ДОСЯГНЕННЯ ОЛІМПІЙЦІВ  
*Луцик І. В.*

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ



• ЗА СПРИЯННЯ МІНІСТЕРСТВА ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ •

№ 3 (27) березень 2011 р.

■ Заснований у квітні 2008 р.

■ Виходить раз на місяць

■ Передплатний індекс — 37071

# ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ ЗА РІВНЕМ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ У БАСКЕТБОЛІ

На сучасному етапі фізичного виховання в школі спортивним іграм надається підвищена увага. Легка атлетика, гімнастика, туризм, кросова та лижна підготовка дещо обмежені у змісті або навіть виключені вчителями із практики фізичного виховання. Тому спортивні ігри є одним з пріоритетних засобів розвитку у школярів основних рухових якостей та підвищення працездатності.

Гра у баскетбол має великі можливості щодо формування у школярів життєво важливих навичок і розвитку фізичних якостей. Доведено, що під час навчання школярів технічним прийомам баскетболу найкраще розвиваються інтелектуальні здібності та пізнавальні інтереси.

Якість навчального процесу з баскетболу в школі залежить від правильного його планування (добирання вправ, рухливих ігор та ін.), а також від об'єктивного оцінювання рухових умінь і навичок школярів. У програмах із фізичної культури для учнів загальноосвітніх закладів містяться від одного до трьох навчальних нормативів із баскетболу (штрафні кидки, ведення, кидки м'яча у кошик після подвійного кроку та ін.), у яких оцінюється кількість влучень і швидкість виконання. На нашу думку, це обмежує оцінювання рівня засвоєння учнями навчального матеріалу з баскетболу, що викликає необхідність розроблення та впровадження тестових вправ, що дадуть змогу об'єктивно оцінити різні сторони технічної підготовленості школярів.

Наведені матеріали були апробовані протягом п'яти років у школах регіону.

## КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ для учнів 5–11 класів

### **1** Передачі м'яча в стінку обома руками від грудей та однією рукою від плеча (5–11 класи)

Учень розташовується на відстані 2 м від стінки та намагається протягом 30 с влучити м'ячем у коло діаметром 0,75 м на висоті 1 м від підлоги. Оцінюються кількість влучних передач та якість їх виконання.

Таблиця 1

### Опрацювання результатів

Результат	Техніка виконання	Бали	Рівні
5–6	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; більшість передач не досягли цілі	1	Низький
	Передачі виконуються на прямих ногах за рахунок рухів кистями	2	
	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; більшість передач досягли цілі	3	
7–8	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах зігнутими руками; більшість передач досягли цілі	4	Середній
	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах зігнутими руками; усі передачі досягли цілі	5	
	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах зігнутими руками; усі передачі влучили у ціль, але розсіяно	6	
9–10	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах прямими руками; більшість передач влучили у ціль	7	Достатній
	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах прямими руками; усі передачі влучили у ціль, але розсіяно	8	
	Передачі виконуються на зігнутих ногах прямими руками; усі передачі влучили у ціль	9	
11–12	Під час передач руки та ноги випрямляються; передачі влучають розсіяно	10	Високий
	Передачі виконуються у ціль із повним випрямленням ніг і рук	11	
	Усі передачі влучили у ціль за рахунок активного випрямлення рук і одночасного випрямлення ніг	12	

## 2 Передачі м'яча у трійках (5–6 класи)

По обидві сторони від учня обличчям до нього на відстані 2 м розташовуються двоє помічників учителя (див. рис. 1). Учень за сигналом учителя починає передавати м'яч по чергово помічникам учителя, повертаючись до них обличчям. Передачі здійснюються обома руками від грудей протягом 30 с. Оцінюються кількість і якість виконання.

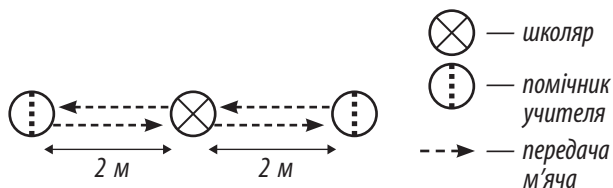


Рис. 1. Схема виконання тесту «Передачі м'яча у трійках»

Таблиця 2

### Опрацювання результатів

Результат	Техніка виконання	Бали	Рівні
4–5	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками	1	Низький
	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; більшість передач не досягли цілі	2	
	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; деякі передачі не досягли цілі	3	
6–7	Передачі виконуються на прямих ногах, руки не випрямляються; більшість передач є неточними	4	Середній
	Передачі виконуються на прямих ногах за рахунок силових зусиль рук; велика кількість передач є неточними	5	
	Під час виконання передач ноги прямі, руки зігнуті у ліктях; передачі є неточними	6	
8–9	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах за рахунок силових зусиль рук; більшість передач — у руки	7	Достатній
	Передачі виконуються з фінальним випрямленням рук без залучення ніг; усі передачі — у руки	8	
	Передачі виконуються на зігнутих ногах за рахунок випрямлення рук; усі передачі — у руки	9	
10–11	Передачі виконуються з фінальним випрямленням рук і ніг із деякою неточністю передач	10	Високий
	Передачі виконуються в руки з фінальним випрямленням ніг і рук	11	

## 3 Передачі м'яча у четвінках (5–11 класи)

На відстані 2 м (починаючи з 7-го — 2,5 м) від учня обличчям до нього розташовуються троє помічників учителя (див. рис. 2). Учень за сигналом намагається якомога частіше передавати м'яч по чергово помічникам. У разі втрати м'яча береться додатковий м'яч і виконання вправи триває. Оцінюються кількість і якість виконання.

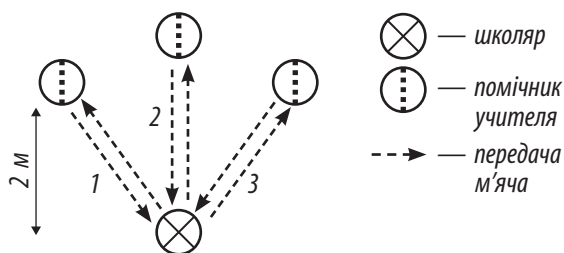


Рис. 2. Схема виконання тесту «Передачі м'яча у четвінках»

Таблиця 3

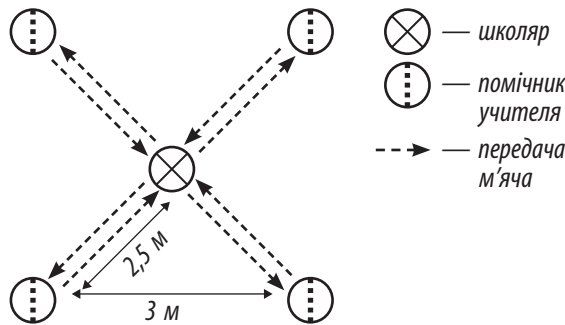
### Опрацювання результатів

Результат		Техніка виконання	Бали	Рівні
5–6 класи	7–11 класи			
15–17	4–5	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками	1	Низький
		Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; більшість передач не досягли цілі	2	
		Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; деякі передачі не досягли цілі	3	
18–20	6–7	Передачі виконуються на прямих ногах, руки не випрямляються; більшість передач є неточними	4	Середній
		Передачі виконуються на прямих ногах за рахунок силових зусиль рук; велика кількість передач є неточними	5	
		Під час виконання передач ноги прямі, руки зігнуті у ліктях; передачі є неточними	6	
21–23	8–9	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах за рахунок силових зусиль рук; більшість передач — у руки	7	Достатній

Результат		Техніка виконання	Ба-ли	Рівні
5–6 класи	7–11 класи			
21–23	8–9	Передачі виконуються з фінальним випрямленням рук без залучення ніг; усі передачі — у руки	8	До-стат-ній
		Передачі виконуються на зігнутих ногах за рахунок випрямлення рук; усі передачі — у руки	9	
24–25	10–11	Передачі виконуються з фінальним випрямленням рук і ніг із деякою неточністю передач	10	Висо-кий
		Передачі виконуються в руки з фінальним випрямленням ніг і рук	11	
		Передачі виконуються на зігнутих ногах із фінальним випрямленням рук і ніг — у руки партнерам	12	

**4 Передачі м'яча в п'ятірках (7–8 класи)**

Учень розташовується всередині «квадрата», що утворюють помічники вчителя (див. рис. 3). Відстань від учня до кожного помічника — 2,5 м, між помічниками — 3 м. За сигналом учень якомога частіше передає м'яч помічникам за схемою (див. рис. 6). На виконання тесту відводиться 1 хв. Оцінюються кількість і якість виконання.



■ Рис. 3. Схема виконання тесту «Передачі м'яча в п'ятірках»

Таблиця 4

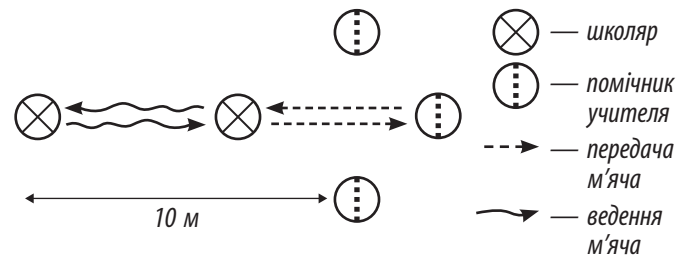
**Опрацювання результатів**

Ре-зультат	Техніка виконання	Ба-ли	Рівні
26–28	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками	1	Низь-кий
	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; більшість передач не досягли цілі	2	
	Передачі виконуються на прямих ногах зігнутими руками; деякі передачі не досягли цілі	3	

Ре-зультат	Техніка виконання	Ба-ли	Рівні
29–31	Передачі виконуються на прямих ногах, руки не випрямляються; більшість передач є неточними	4	Се-ред-ній
	Передачі виконуються на прямих ногах за рахунок силових зусиль рук; велика кількість передач є неточними	5	
	Під час виконання передач ноги прямі, руки зігнуті у ліктях; передачі є неточними	6	
32–34	Передачі виконуються на напівзігнутих ногах за рахунок силових зусиль рук; більшість передач — у руки	7	До-стат-ній
	Передачі виконуються з фінальним випрямленням рук без залучення ніг; усі передачі — у руки	8	
	Передачі виконуються на зігнутих ногах за рахунок випрямлення рук; усі передачі — у руки	9	
35–37	Передачі виконуються з фінальним випрямленням рук і ніг із деякою неточністю передач	10	Висо-кий
	Передачі виконуються в руки з фінальним випрямленням ніг і рук	11	
	Передачі виконуються на зігнутих ногах із фінальним випрямленням рук і ніг — у руки партнерам	12	

**5 Передачі м'яча в четвірках за сигналом після ведення (5–11 класи)**

На відстані 10 м (починаючи з 7-го — 13 м) від учня обличчям до нього розташовуються троє помічників учителя (див. рис. 4). Учень за сигналом починає вести м'яч, потім передає м'яч тому помічникові, номер якого назвав учитель, і, отримавши зворотну передачу, продовжити ведення. Тривалість виконання вправи — 1 хв. Оцінюються кількість і якість виконання.



■ Рис. 4. Схема виконання тесту «Передачі м'яча в четвірках за сигналом після введення»



Таблиця 5

Опрацювання результатів

Результат	Техніка виконання	Бали	Рівні
2	Ведення із втратами контролю над м'ячем	1	Низький
	Ведення м'яча на прямих ногах; часткова втрата контролю над м'ячем; передачі зігнутими руками	2	
	Ведення на прямих ногах; учень дивиться на м'яч; передачі є слабкими та неточними; іноді втрачає контроль над м'ячем	3	
3	Ведення м'яча на прямих ногах; голова опущена; передачі зігнутими руками	4	Середній
	Ведення м'яча на прямих ногах; погляд — на м'яч, передачі — за рахунок силових зусиль	5	
	Ведення м'яча на прямих ногах; тулуб є майже вертикальним; передачі зі значними відхиленнями	6	
4	Ведення м'яча майже на прямих ногах; рука контролює м'яч; учень не стежить за напрямком руху; усі передачі — за рахунок зусиль рук	7	Достатній
	Ведення м'яча на напівзігнутих ногах; рука не повністю контролює м'яч; учень стежить за м'ячем, передача — за рахунок зусиль рук	8	
	Ведення м'яча на зігнутих ногах; рука не повністю контролює м'яч; учень іноді стежить за м'ячем, а не за напрямком руху; трапляються помилки в передачах м'яча	9	
5–6	Ведення м'яча на зігнутих ногах; рука контролює м'яч, частковий контроль за веденням м'яча, а не за напрямком руху, передачі з незначними помилками	10	Високий
	Ведення м'яча на зігнутих ногах; рука постійно контролює м'яч; голова піднята; передача виконується з випрямленням рук і ніг; передачі є точними	11	
	Ведення м'яча на зігнутих ногах; голова піднята й повернена в напрямку руху; рука постійно контролює м'яч; усі передачі виконуються з фінальним зусиллям ніг і рук чітко в руки	12	

**6** Ведення м'яча з кидком після подвійного кроку (5–8 класи)

Учень розташовується ліворуч від кошика (див. рис. 5). Він починає ведення по дузі штрафного кидка, потім кидає м'яч із-під кошика. На виконання тесту надається 15 спроб. Оцінюються кількість і якість виконання.

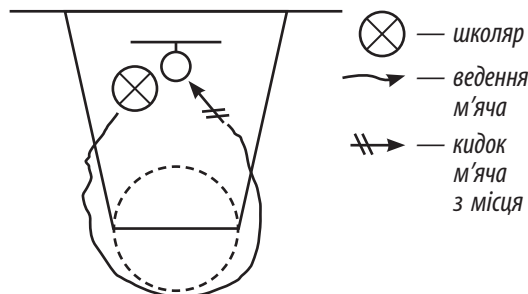


Рис. 5. Схема виконання тесту «Передачі м'яча з кидком»

Таблиця 6

Опрацювання результатів

Результат	Бали	Рівні	Результат	Бали	Рівні
2	1	Низький	5–6	7	Достатній
	2			8	
	3			9	
3–4	4	Середній	7–8	10	Високий
	5			11	
	6			12	

**7** Дистанційні кидки (5–6, 9–11 класи)

Учень розташовується ліворуч від кошика на першій точці. За сигналом він кидає м'яч у кошик, потім підбирає власний м'яч і з веденням рухається до другої, третьої, четвертої та п'ятої точки (див. рис. 6). Відстань від кошика до точок 1 і 5 складає 0,5 м; до точок 2 і 4 — 0,75 м; до точки 3 — 1 м. Тривалість виконання вправи — 2 хв. Ураховується кількість влучних кидків. Влучення з точок 1 і 5 оцінюються в 1 бал, із точок 2, 3, 4 — у 2 бали.

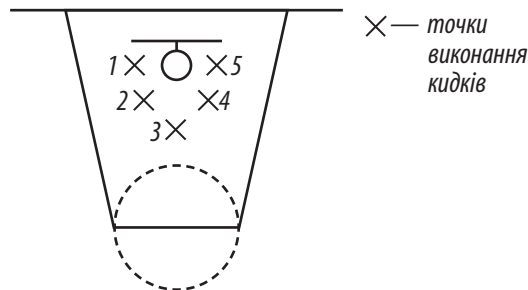
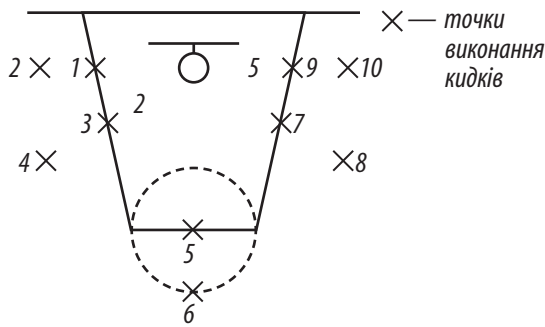


Рис. 6. Схема виконання тесту «Дистанційні кидки»

Починаючи з 9-го класу, учень виконує кидки з 5-ти точок на середній відстані та 5-ти — із далекої (див. рис. 7). Влучення з точок 1, 3, 5, 7, 9 оцінюються в 1 бал, із точок 2, 4, 6, 8, 10 — у 3 бали.



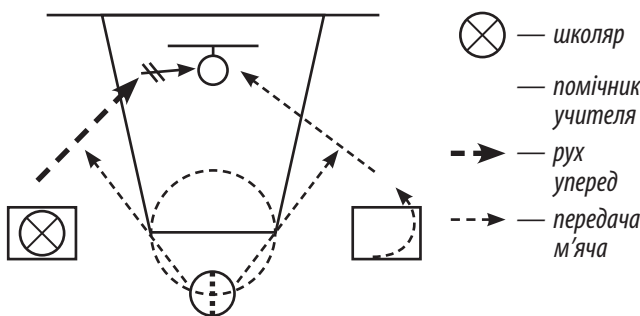
■ Рис. 7. Схема виконання тесту «Кидки з точок»

Таблиця 7  
Опрацювання результатів

Результат				Бали	Рівні
5 клас	6 клас	9 клас	10–11 класи		
1	3	9	11	1	Низький
2	4	10	12	2	
3	5	11	13	3	
4	6	12	14	4	Середній
5	7	13	15	5	
6	8	14	16	6	Достатній
7	9–10	15	17	7	
8	11–12	16	18	8	
9	13–14	17	19	9	Високий
10–11	15–16	18	20	10	
12–13	17–18	19	21	11	
14–15	19–20	20	22	12	

**8 Кидки м'яча в русі (7–8 класи)**

Учень із квадрата «А» біжить до щита (див. рис. 8). На відстані 2–3 м від щита він отримує передачу від партнера, який розташовується на вершині півкола зони штрафного кидка, і після подвійного кроку кидає м'яч у кошик. Потім підбирає м'яч, віддає його партнерові та біжить у квадрат «Б», повторюючи те саме, але кидає в кошик м'яч другою рукою з іншого боку. На виконання тесту надається 15 спроб. Оцінюється кількість влучень. Влучення не зараховується, якщо учень припустився пробіжки або кинув м'яч після одного кроку.



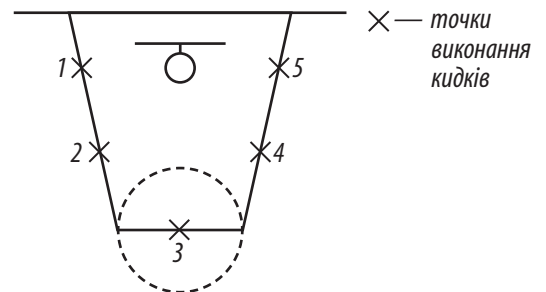
■ Рис. 8. Схема виконання тесту «Кидок м'яча у русі»

Таблиця 8  
Опрацювання результатів

Результат	Бали	Рівні	Результат	Бали	Рівні
	1	Низький	5	7	Достатній
	2		6	8	
1	3	Середній	7	9	Високий
2	4		8	10	
3	5		9	11	
4	6		10	12	

**9 Кидки м'яча з підбиранням (9–11 класи)**

На майданчику позначається п'ять точок: 1 і 5 — на відстані 3 м від кошика; 2 і 4 — на кінцях лінії штрафного кидка; 3 — на середині тричовкової лінії (див. рис. 9). Учень протягом 1 хв виконує послідовні кидки з точок. У разі промаху він оволодіває м'ячем і добиває його з місця оволодіння. Влучення з точок 1, 2, 4, 5 оцінюються у 2 бали; із точки 3 — у 3 бали; добивання — в 1 бал.



■ Рис. 9. Схема виконання тесту для оцінки точності кидків

Таблиця 9  
Опрацювання результатів

Результат	Бали	Рівні	Результат	Бали	Рівні
9	1	Низький	15	7	Достатній
10	2		16	8	
11	3	Середній	17	9	Високий
12	4		18	10	
13	5		19	11	
14	6		20	12	

**Література**

1. Комплексна програма з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл південного регіону України / Автори-укладачі Л. П. Сергієнко, О. П. Фальков, О. М. Овчарек. — Херсон: Наддніпрянська правда, 1997. — 120 с.
2. Програма з фізичної культури для учнів I–XI класів. — Тернопіль: СМТ Астон, 1997. — 77 с.
3. Фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–12 класи. — К.: Перун, 2005. — 272 с.