

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр» с. Четырла
муниципального района Шенталинский Самарской области

«Проверено»

Зам. директора по УВР

_____/Галеева Г.В./

«15» августа 2022 г.

«Утверждаю»

Директор

_____/Круглов Н.В./

Приказ № 61/1-од от «16» августа 2022 г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«БАСКЕТБОЛ»
5-9 классы
(спортивно-оздоровительная деятельность)

Учитель химии:

Мурзина Зинаида Михайловна

Четырла, 2022

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база. Содержание программы опирается на основные направления государственной политики, проводимой Министерством образования и науки Российской Федерации в области модернизации российского образования на период до 2025 года, и на следующие документы:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников», зарегистрированный в Минюсте от 02 февраля 2011 года, № 19676;
- Федеральная целевая программа «Здоровый ребенок»;
- «Национальная доктрина образования в Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 года, № 7513;
- письмо Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
- образовательная программа основного общего образования ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Четырла;
- положения о внеурочной деятельности в рамках обновленных ФГОС;
- план внеурочной деятельности в 5-9 классах ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Четырла;
- программа внеурочной деятельности в 5-9 классах ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Четырла.

Направленность программы

Рабочая программа внеурочной деятельности «Баскетбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5—9 классах.

Режим занятий. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 5-9 классы – 34-35 часов в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся.

Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке.

Актуальность.

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.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра БАСКЕТБОЛ, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

В нашем ОУ за последние годы накоплен опыт реализации здоровьесберегающего сопровождения, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растет заболеваемость учащихся. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата.

Актуальность программы «Баскетбол» заключается в том, что:

- учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека;
- приобщает школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.
- принимая в расчёт динамику состояния здоровья учащихся в нашем ОУ, принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» для обучающихся 5-9 классов, реализация которой будет нивелировать негативное воздействие школьных факторов риска на здоровье учащихся.

Цель программы:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цель конкретизирована ***следующими задачами:***

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию занимающихся;
- популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- обучение технике и тактике игры в баскетбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;

- воспитание моральных и волевых качеств.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Формы проведения занятий и виды деятельности

| | |
|--------------------------|--|
| Однонаправленные занятия | Посвящены только одному из компонентов подготовки баскетболиста: техникой, тактикой или физической. |
| Комбинированные занятия | Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка. |
| Целостно-игровые занятия | Построены на учебной двухсторонней игре в баскетбол по правилам. |
| Контрольные занятия | Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. |

А также:

- тренировочные занятия
- беседы
- соревнования
- тестирования
- спортивные конкурсы
- праздники
- просмотры соревнований

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению “Баскетбол” соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся через организацию здоровьесберегающих практик.

II. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД.

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- Проговаривать последовательность действий.

- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД.

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД.

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

- сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” учащиеся

должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- основы рационального питания;

- правила оказания первой помощи;

- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” учащиеся

смогут получить знания:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

III. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;

- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

Тестирование проводят:

1. в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре;
2. затем в его середине – в декабре – январе
3. перед началом летней серии игр – в апреле – мае.

Формы и способы фиксации результатов:

- дневник достижений учащихся;
- портфолио учащихся.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

IV. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия по баскетболу состоят из трёх взаимосвязанных и в то же время относительно самостоятельных частей: а) подготовительной (разминка); б) основной; в) заключительной.

Подготовительная часть (разминка) обеспечивает оптимальную эластичность связок, сухожилий, мышц, подвижность звеньев двигательного аппарата и функциональное вращивание систем организма.

Содержание подготовительной части занятия:

1. Ходьба в колонне по одному:

обычная в сочетании с выполнением упражнений для рук (круговые движения руками в плечевых суставах с большой амплитудой, сжимание и разжимание пальцев рук, сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями); на носках; на внешней и внутренней стороне стоп; в полуприседе; приседе.

2. Медленный бег в колонне по одному (1,5—2 мин.): лицом вперёд; приставными шагами левым и правым боком вперёд; спиной вперёд; “змейкой”.

3. Ходьба в сочетании с выполнением упражнений на восстановление дыхания.

4. Общеразвивающие и специальные подготовительные упражнения.

5. Прыжковые упражнения: прыжки вверх со взмахом рук, прыжки вверх из упора присев; прыжки на одной и на обеих ногах от одной лицевой линии волейбольной площадки до другой лицом вперёд, боком и спиной вперёд; с поворотом на 180°.

Методическое указание. Координационная структура некоторых упражнений, выполняемых в подготовительной части занятия, должна быть сходной с двигательными действиями, включёнными в основную часть занятия.

В основной части занятия решаются следующие основные задачи:

- обучение технике и тактике игры, их закрепление и совершенствование;
- формирование умений применять технико-тактические действия в двусторонней игре;
- развитие физических способностей.

В начале основной части занятия изучается новый учебный материал. Закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий осуществляется в середине и в конце основной части урока.

Чтобы хорошо и быстро освоить новое, особенно сложные движения, и избежать появления ошибок, рекомендуется в техническую подготовку включать подготовительные и подводящие упражнения. Эти упражнения надо выполнять перед началом освоения новых движений.

Упражнения на совершенствование технических приёмов следует выполнять в парах, во встречных колоннах, с перемещением в противоположную колонну.

Целенаправленное развитие физических способностей осуществляется на уроках в следующей последовательности: вначале скоростные, скоростно-силовые, координационные упражнения, затем силовые упражнения и упражнения на выносливость.

В связи с тем, что учащиеся не всегда с удовольствием выполняют некоторые учебные задания, связанные с многократным повторением однообразных двигательных действий, целесообразно организовать их выполнение в игровой и соревновательной форме (подвижные игры, эстафеты, игровые задания, соревнования — кто лучше, точнее, быстрее).

Занятие рекомендуется заканчивать двусторонней учебно-тренировочной игрой.

Перед двусторонней игрой учитель распределяет учащихся на команды в зависимости от уровня их подготовленности. В старших классах судьи назначаются из числа занимающихся. При необходимости следует останавливать игру, давать соответствующие корректировочные указания, задания по тактике игры, по использованию технических приёмов, разучиваемых на уроке, обращать внимание на допускаемые учащимися ошибки.

В заключительной части занятия подводят итоги, отмечают положительные моменты и допущенные недочёты, дают задание для самостоятельной работы.

Для лучшего и более быстрого усвоения материала занимающимся целесообразно давать домашние индивидуальные задания:

- по физической подготовке (упражнения для развития силовых, скоростных и скоростно-силовых способностей);
- по технической подготовке (упражнения в передачах, ведения мяча, броски в кольцо);
- по тактической подготовке (изучение тактики по игровым функциям, решение тактических задач).

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

Развитие баскетбола в России.

История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола за рубежом. Развитие баскетбола в России. Баскетбол как вид спорта. Развитие школьного баскетбола.

Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.

Соблюдение санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

Общая и специальная физическая подготовка.

Единая спортивная классификация. Совершенствование техники передвижения при нападении. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Костно-мышечная система, ее строение, функции.

Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Индивидуальные действия при нападении.

Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. Совершенствование техники передвижений.

Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).

Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. Командные действия в нападении. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.

Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».

Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Бросок мяча в движении с одного шага. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.

Основы техники и тактики игры

Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча. Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Действия одного защитника против двух нападающих.

Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения. Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча. Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.

Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку. Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении. Ведение мяча с изменением высоты отскока.

Физическая подготовка спортсмена. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.

Техническая подготовка юного спортсмена. Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов.

Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону».

Сущность и назначение планирования, и его виды. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.

Контрольные игры и соревнования

Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Совершенствование техники ведения мяча. Учет в процессе спортивной тренировки. Переключения от действий в нападении к действиям в защите.

Тестирование

История развития баскетбола. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий

Календарно-тематическое планирование

5 класс

| № | Тема | Кол-во часов | Теория | Практика | Характеристика деятельности учащихся |
|-----------|--------------------|---------------------|---------------|-----------------|---|
| 1. | Перемещения | 10 | 3 | 7 | Использовать игру в баскетбол |

| | | | | | |
|-------------------------|--|----------|----------|----------|--|
| 1 | Разучивание стойка игрока (исходные положения) | 1 | 1 | | как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. |
| 2 | Стойка игрока (исходные положения) | 1 | | 1 | |
| 3 | Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 1 | 1 | | |
| 4-6 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 3 | | 3 | |
| 7 | Игровое занятие | 1 | | 1 | |
| 8 | Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) | 1 | 1 | | |
| 9 | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) | 1 | | 1 | |
| 10 | Эстафеты с различными способами перемещений. | 1 | | 1 | |
| 2. Передача мяча | | 7 | 2 | 5 | |
| 11 | Разучивание | 1 | 1 | | |
| 12 | Верхняя передача мяча | 1 | | 1 | |
| 13 | Нижняя передача мяча | 1 | | 1 | |
| 14 | Игровое занятие. | 1 | | 1 | |
| 15 | Разучивание верхняя передача мяча. | 1 | 1 | | |
| 16 | Верхняя передача мяча в парах | 1 | | 1 | |
| 17 | Нижняя передача мяча в парах. | 1 | | 1 | |
| 18 | Игровое занятие. | 1 | | 1 | |
| 3. Ведение мяча | | 8 | 1 | 7 | |
| 19 | Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | 1 | 1 | | |
| 20 | Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита. | 1 | | 1 | |
| 21 | Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита. | 1 | | 1 | |
| 22 | Ведение мяча с броском в кольцо с право, слева и по центру на кольцо. | 1 | | 1 | |
| 23 | Ведение мяча с разной высотой отскока | 1 | | 1 | |

| | | | | | |
|--------------------------------|---|----------|--|----------|--|
| 24 | Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением | 1 | | 1 | |
| 25 | Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением | 1 | | 1 | |
| 26 | Игровое занятие. | 1 | | 1 | |
| 5. Броски мяча в кольцо | | 9 | | 9 | |
| 27 | Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении | 1 | | 1 | |
| 28 | Броски мяча одной рукой от плеча с места | | | 1 | |
| 29 | Бросок мяча после остановки | 1 | | 1 | |
| 30-31 | Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением | 2 | | 2 | |
| 32 | Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением | 1 | | 1 | |
| 33-34 | Игровое занятие | 2 | | 2 | |
| 35 | Подвижные игры и эстафеты | 1 | | 1 | |
| Итого 35 часов. | | | | | |

Календарно-тематическое планирование

6 класс

| № | Тема | Кол-во часов | Теория | Практика | Характеристика деятельности учащихся |
|---|------------------------|--------------|----------|----------|--------------------------------------|
| | 1. Ведение мяча | 4 | 1 | 3 | Использовать игру в |

| | | | | | |
|---|---|-----------|----------|-----------|--|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | 1 | | баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | | 1 | |
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | | 1 | |
| 2. Передача мяча | | 6 | 1 | 5 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | 1 | | |
| 6 | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. | 1 | | 1 | |
| 7 | Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным. | 1 | | 1 | |
| 8 | Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением. | 1 | | 1 | |
| 9-10 | Передачи мяча в игре. | 2 | | 2 | |
| 3. Индивидуальные тактические действия | | 14 | 3 | 11 | |
| 11 | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | | 1 | |
| 12 | Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. | 1 | | 1 | |
| 13-14 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 2 | 1 | 1 | |
| 15 | Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | | 1 | |
| 16-17 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 2 | 1 | 1 | |
| 18 | Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | 1 | | 1 | |
| 19 | Индивидуальные действия в защите против дриблинга. | 1 | | 1 | |
| 20-21 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 2 | 1 | 1 | |
| 22 | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | 1 | | 1 | |
| 23- | Индивидуальные действия в | 2 | | 2 | |

| | | | | | |
|-------------------------------------|--|----------|----------|----------|--|
| 24 | защите в игре. | | | | |
| 4. Броски мяча в кольцо | | 7 | 0 | 7 | |
| 25 | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 26 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | | 1 | |
| 27 | Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. | 1 | | 1 | |
| 28 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | | 1 | |
| 29 | Броски мяча в корзину после передач. | 1 | | 1 | |
| 30 | Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 31 | Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 5. Двусторонняя учебная игра | | 4 | 0 | 4 | |
| 32-35 | Учебная игра. | 4 | | 4 | |
| Итого 35 часов. | | | | | |

Календарно-тематическое планирование

7 класс

| № | Тема | Кол-во часов | Теория | Практика | Характеристика деятельности учащихся |
|---|------------------------|--------------|----------|----------|--------------------------------------|
| | 1. Ведение мяча | 4 | 1 | 3 | Использовать игру в |

| | | | | | |
|---|---|----------|----------|----------|--|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | 1 | | баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | | 1 | |
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | | 1 | |
| 2. Передача мяча | | 6 | 0 | 6 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | | 1 | |
| 6 | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. | 1 | | 1 | |
| 7 | Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным. | 1 | | 1 | |
| 8 | Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением. | 1 | | 1 | |
| 9-10 | Передачи мяча в игре. | 2 | | 2 | |
| 3. Индивидуальные тактические действия в нападении | | 8 | 0 | 8 | |
| 11 | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | | 1 | |
| 12 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | | 1 | |
| 13 | Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | | 1 | |
| 14 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | | 1 | |
| 15 | Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | 1 | | 1 | |
| 16 | Индивидуальные действия в защите против дриблинга. | 1 | | 1 | |
| 17 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | | 1 | |
| 18 | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | 1 | | 1 | |
| 4. Групповые тактические действия в нападении и защите | | 6 | 0 | 6 | |
| 19 | Групповые действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | | 1 | |
| 20 | Групповые действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | | 1 | |

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|----------|----------|----------|--|
| 21 | Групповые действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | | 1 | |
| 22 | Групповые действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | | 1 | |
| 23 | Групповые действия в защите против заслонов. | 1 | | 1 | |
| 24 | Групповые действия в защите в игре. | 1 | | 1 | |
| 5. Броски мяча в кольцо | | 3 | 0 | 3 | |
| 25 | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 26 | Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. Броски мяча в корзину после передач. | 1 | | 1 | |
| 27 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | | 1 | |
| 6. Двусторонняя учебная игра | | 8 | 0 | 8 | |
| 28-29-35 | Учебная игра. | 8 | | 8 | |
| Итого 35 часов. | | | | | |

Календарно-тематическое планирование

8 класс

| № | Тема | Кол-во часов | Теория | Практика | Характеристика деятельности учащихся |
|-----------|---------------------|--------------|----------|----------|--------------------------------------|
| 1. | Ведение мяча | 4 | 0 | 4 | Использовать игру в |

| | | | | | |
|---|---|----------|----------|----------|--|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | | 1 | баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | | 1 | |
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | | 1 | |
| 2. Передача мяча | | 4 | 0 | 4 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | | 1 | |
| 6 | Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным, с сопротивлением | 1 | | 1 | |
| 7-8 | Передачи мяча в игре. | 2 | | 2 | |
| 3. Броски мяча в кольцо | | 6 | 0 | 6 | |
| 9 | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 10 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | | 1 | |
| 11 | Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. | 1 | | 1 | |
| 12 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | | 1 | |
| 13 | Броски мяча в корзину после передач. | 1 | | 1 | |
| 14 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 4. Перехват мяча | | 8 | 2 | 8 | |
| 15 | Перехват мяча при передаче мяча. | 1 | | 1 | |
| 16 | Перехват мяча при ведении мяча. | 1 | | 1 | |
| 17-18 | Перехват мяча в защите, на своем щите. | 2 | 1 | 1 | |
| 19-20 | Перехват мяча в нападении, на чужом щите. | 2 | 1 | 1 | |
| 21-22 | Коллективный перехват мяча. | 2 | 1 | 1 | |
| 5. Групповые тактические действия в нападении и защите | | 4 | 0 | 4 | |
| 23 | Групповые действия в нападении с бросками мяча в корзину. | | | | |
| 24 | Групповые действия в защите | | | | |

| | | | | | |
|---|--|----------|----------|----------|--|
| | против бросков мяча в корзину. | | | | |
| 25 | Групповые действия в нападении с постановкой заслонов. | | | | |
| 26 | Групповые действия в защите против заслонов. | | | | |
| 6. Командные тактические действия в нападении и защите | | 4 | 2 | 2 | |
| 27-28 | Командные действия в нападении в игре. | 2 | 1 | 1 | |
| 29-30 | Командные действия в защите в игре. | 2 | 1 | 1 | |
| 7. Двусторонняя учебная игра | | 5 | 1 | 4 | |
| 31-35 | Учебная игра | 5 | 1 | 4 | |
| Итого 35 часов. | | | | | |

Календарно-тематическое планирование

9 класс

| № | Тема | Кол-во часов | Теория | Практика | Характеристика деятельности учащихся |
|-----------|---------------------|--------------|----------|----------|--------------------------------------|
| 1. | Ведение мяча | 3 | 0 | 3 | Использовать игру в |

| | | | | | |
|---|---|----------|----------|----------|---|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | | 1 | баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. |
| 2 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | | 1 | |
| 3 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | | 1 | |
| 2. Передача мяча | | 3 | 0 | 3 | |
| 4 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении, в движении скрестным шагом и приставным, с сопротивлением | 1 | | 1 | |
| 5-6 | Передачи мяча в игре. | 2 | | 2 | |
| 3. Броски мяча в кольцо | | 5 | 0 | 5 | |
| 7 | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 8 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | | 1 | |
| 9 | Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. Броски мяча в корзину после передач. | 1 | | 1 | |
| 10 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | | 1 | |
| 11 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | | 1 | |
| 4. Перехват мяча | | 8 | 0 | 8 | |
| 12 | Перехват мяча при передаче мяча. | 1 | | 1 | |
| 13 | Перехват мяча при ведении мяча. | 1 | | 1 | |
| 14-15 | Перехват мяча в защите, на своем щите. | 2 | | 2 | |
| 16-17 | Перехват мяча в нападении, на чужом щите. | 1 2 | | 2 | |
| 18-19 | Коллективный перехват мяча. | 2 | | 2 | |
| 5. Групповые тактические действия в нападении и защите | | 4 | 0 | 4 | |
| 20 | Групповые действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | | 1 | |
| 21 | Групповые действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | | 1 | |
| 22 | Групповые действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | | 1 | |
| 23 | Групповые действия в защите | 1 | | 1 | |

| | | | | | |
|-------|---|----------|----------|----------|--|
| | против заслонов. | | | | |
| | 6. Командные тактические действия в нападении и защите | 4 | 0 | 4 | |
| 24-25 | Командные действия в нападении в игре. | 2 | | 2 | |
| 26-27 | Командные действия в защите в игре. | 2 | | 2 | |
| | 7. Двусторонняя учебная игра | 8 | 0 | 8 | |
| 28-35 | Учебная игра | 8 | 0 | 8 | |
| | Итого 35 часов. | | | | |