

МБОУ г. Братска "СОШ № 9 имени М. И. Баркова"

**Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
«Баскетбол»
для обучающихся 5-9 классов**

**г.Братск
2024**

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся, в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

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.

Баскетбол — один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

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

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры, здоровья учащихся являются:

- Федеральный закон РФ № 273-ФЗ от 29.12.2012 “Об образовании в Российской Федерации”.
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России
- Фундаментальное ядро содержания общего образования, 2011 г.
- Приказ Министерства образования и науки от 06.10.2009 г. №373 “Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО”
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 26.11.2010 г. №1241 “О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. №373”.

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 № 1897 “Об утверждении ФГОС ООО”.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 “От утверждения СанПин 2.4.2.2821-10 “Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях”.
- Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа, 2011 г.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”.

Цель программы кружка

- 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.

Задачи программы кружка

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому 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.

Планируемые результаты освоения программы курса

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- готовность и способность учащихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к учению и познанию;
- ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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, учить 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).

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.

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

- осознание обучающимися 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 обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

1. Развитие баскетбола в России (2 час)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе.

2. Общая и специальная физическая подготовка (24 часа)

Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)
Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения.
Ведение мяча с обводкой препятствий.

Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

4. Контрольные игры и соревнования (5 часов)

5. Тестирование (3 часа)

6 класс

1. Развитие баскетбола в России (2 час)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе.

2. Общая и специальная физическая подготовка (10 часа)

Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)
Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения.
Ведение мяча с обводкой препятствий.

Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

3. Индивидуальные тактические действия в защите (7 часов).

Действия против игрока без мяча.

4. Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении (8 часов).

Действия против игрока с мячом.

5. Контрольные игры и соревнования (5 часов)

6. Тестирование (3 часа)

7 класс

1. Развитие баскетбола в России (2 час)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу.
Терминология в баскетболе.

2. Общая и специальная физическая подготовка (5 часа)

Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)
Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения.

Ведение мяча с обводкой препятствий.

Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

3. Индивидуальные тактические действия в защите (8 часов).

Действия против игрока без мяча.

4. Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении (7 часов).

Действия против игрока с мячом.

5. Групповые тактические действия в нападении, защите (8 часов)

Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего с мячом.

6. Контрольные игры и соревнования (2 часа)

7. Тестирование (2 часа)

8 класс

1. Развитие баскетбола в России (2 час)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу.
Терминология в баскетболе.

2. Общая и специальная физическая подготовка (5 часа)

Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)
Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения.

Ведение мяча с обводкой препятствий.

Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

3. Индивидуальные тактические действия в защите (8 часов).

Действия против игрока без мяча.

4. Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении (7 часов).

Действия против игрока с мячом.

5. Групповые тактические действия в нападении, защите (8 часов)

Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего с мячом.

6. Контрольные игры и соревнования (2 часа)

7. Тестирование (2 часа)

9 класс

1. Развитие баскетбола в России (2 час)

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе.

2. Общая и специальная физическая подготовка (5 часа)

Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)

Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения.

Ведение мяча с обводкой препятствий.

Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

3. Индивидуальные тактические действия в защите (6 часов).

Действия против игрока без мяча.

4. Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении (6 часов).

Действия против игрока с мячом.

5. Групповые тактические действия в нападении, защите (6 часов)

Действия против нападающего без мяча. Действия против нападающего с мячом.

6. Физическая подготовка в процессе занятия.

Силовые и скоростно-силовые упражнения общего и специального воздействия для развития силы мышц ног, рук и туловища; упражнения общего и специального воздействия для развития выносливости (скоростной и скоростно-силовой); упражнения общего и специального воздействия для развития быстроты и скорости передвижения; упражнения общего и специального воздействия для развития ловкости

7. Контрольные игры и соревнования (2 часа)

8. Двухсторонняя игра (3 часа)

Тематическое планирование

5 класс

| Тема занятий | Кол-во часов | Основное содержание | Основные виды деятельности обучающихся |
|---------------------|---------------------|----------------------------|---|
| Развитие | 2 | Правила безопасности и | Знать правила безопасности и |

| | | | |
|---|----|---|---|
| баскетбола в России | | профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. | профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. |
| Общая и специальная физическая подготовка | 24 | Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке) Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий. Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке. Сочетание приемов без броска мяча в кольцо. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий Игры, развивающие физические способности Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. | 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. |
| Контрольные игры и соревнования | 5 | Контрольные игры. | Уметь сочетать разученные упражнения. |
| Тестирование | 3 | | |

Тематическое планирование

6 класс

| Тема занятий | Кол-во | Основное содержание | Основные виды деятельности обучающихся |
|--------------|--------|---------------------|--|
|--------------|--------|---------------------|--|

| | часов | | |
|---|-------|--|---|
| Развитие баскетбола в России | 2 | Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. | Знать правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. |
| Общая и специальная физическая подготовка | 10 | Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке) Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий. Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке. Сочетание приемов без броска мяча в кольцо. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий Игры, развивающие физические способности Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. | 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. |
| Индивидуальные тактические действия в защите. | 7 | Действия против игрока без мяча. | Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. |

| | | | |
|--|---|--------------------------------|--|
| Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении | 8 | Действия против игрока с мячом | Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. |
| Контрольные игры и соревнования | 5 | Контрольные игры | Уметь сочетать разученные упражнения. |
| Тестирование | 2 | | |

Тематическое планирование

7 класс

| Тема занятий | Кол-во часов | Основное содержание | Основные виды деятельности обучающихся |
|---|--------------|---|--|
| Развитие баскетбола в России | 2 | Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. | Знать правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. |
| Общая и специальная физическая подготовка | 5 | Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке) Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий. Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. | 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 |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | | <p>Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.</p> <p>Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.</p> <p>Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий</p> <p>Игры, развивающие физические способности</p> <p>Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.</p> | <p>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.</p> |
| Индивидуальные тактические действия в защите. | 8 | <p>Действия против игрока без мяча.</p> | <p>Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.</p> |
| Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении | 7 | <p>Действия против игрока с мячом</p> | <p>Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.</p> |
| Групповые тактические действия в нападении, защите | 8 | <p>Действия против нападающего с мячом и без мяча.</p> | <p>Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.</p> |
| Контрольные игры и соревнования | 2 | <p>Контрольные игры</p> | <p>Уметь сочетать разученные упражнений.</p> |
| Тестирование | 2 | | |

Тематическое планирование

8 класс

| Тема занятий | Кол-во часов | Основное содержание | Основные виды деятельности обучающихся |
|------------------------------|--------------|--|--|
| Развитие баскетбола в России | 2 | Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. | Знать правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. |

| | | Терминология в баскетболе. | Терминология в баскетболе. |
|--|---|---|--|
| Общая и специальная физическая подготовка | 5 | <p>Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)</p> <p>Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.</p> <p>Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения.</p> <p>Ведение мяча с обводкой препятствий.</p> <p>Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места.</p> <p>Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения.</p> <p>Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.</p> <p>Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.</p> <p>Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий</p> <p>Игры, развивающие физические способности</p> <p>Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.</p> | <p>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.</p> <p>Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p>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.</p> |
| Индивидуальные тактические действия в защите. | 8 | <p>Действия против игрока без мяча.</p> | <p>Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга.</p> <p>Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.</p> |
| Индивидуальные тактические действия в защите и в | 7 | <p>Действия против игрока с мячом</p> | <p>Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга.</p> <p>Выполнять правила игры в</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| нападении | | | баскетбол в процессе соревновательной деятельности. |
| Групповые тактические действия в нападении, защите | 8 | Действия против нападающего с мячом и без мяча. | Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. |
| Контрольные игры и соревнования | 2 | Контрольные игры | Уметь сочетать разученные упражнения. |
| Тестирование | 2 | | |

Тематическое планирование

9 класс

| Тема занятий | Кол-во часов | Основное содержание | Основные виды деятельности обучающихся |
|---|--------------|--|--|
| Развитие баскетбола в России | 2 | Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. | Знать правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. |
| Общая и специальная физическая подготовка | 5 | Ловля мяча: двумя руками на уровне груди; двумя руками «высокого» мяча (в прыжке) Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости | 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. |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий. Бросок мяча двумя руками от груди с места. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения. Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке. Сочетание приемов без броска мяча в кольцо. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий Игры, развивающие физические способности Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.</p> | <p>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.</p> |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|---|--|---|
| Индивидуальные тактические действия в защите. | 6 | Действия против игрока без мяча. | Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. |
| Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении | 6 | Действия против игрока с мячом | 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. |
| Групповые тактические действия в нападении, защите | 6 | Действия против нападающего с мячом и без мяча. | Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. |
| Физическая подготовка в процессе занятия. | 4 | Силовые и скоростно-силовые упражнения общего и специального воздействия для развития силы мышц ног, рук и туловища; упражнения общего и | Уметь выполнять упражнения. |

| | | | |
|---------------------------------|---|--|--|
| | | специального воздействия для развития выносливости (скоростной и скоростно-силовой); упражнения общего и специального воздействия для развития быстроты и скорости передвижения; упражнения общего и специального воздействия для развития ловкости. | |
| Контрольные игры и соревнования | 2 | Контрольные игры | Уметь сочетать разученные упражнений. |
| Двусторонняя учебная игра | 3 | | Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. |

Календарно-тематическое планирование 5 класс

| № | Тема занятия | Количество часов | Дата проведения |
|---|--|------------------|-----------------|
| 1 | Разучивание стойка игрока (исходные положения) | 1 | |
| 2 | Стойка игрока (исходные положения) | 1 | |
| 3 | Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 1 | |
| 4 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 1 | |
| 5 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 1 | |
| 6 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 1 | |
| 7 | Игровое занятие | 1 | |
| 8 | Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) | 1 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 9 | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) | 1 | |
| 10 | Эстафеты с различными способами перемещений. | 1 | |
| 11 | Разучивание | 1 | |
| 12 | Верхняя передача мяча | 1 | |
| 13 | Нижняя передача мяча | 1 | |
| 14 | Игровое занятие. | 1 | |
| 15 | Разучивание верхняя передача мяча. | 1 | |
| 16 | Верхняя передача мяча в парах | 1 | |
| 17 | Нижняя передача мяча в парах. | 1 | |
| 18 | Игровое занятие. | 1 | |
| 19 | Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. | 1 | |
| 20 | Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита. | 1 | |
| 21 | Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита. | 1 | |
| 22 | Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо. | 1 | |
| 23 | Игровое занятие. | 1 | |
| 24 | Ведение мяча с разной высотой отскока | 1 | |
| 25 | Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении | 1 | |
| 26 | Броски мяча одной рукой от плеча с места | 1 | |
| 27 | Игровое занятие | 1 | |
| 28 | Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением | 1 | |
| 29 | Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением | 1 | |
| 30 | Бросок мяча после остановки | 1 | |
| 31 | Игровое занятие. | 1 | |
| 32 | Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 33 | Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением | 1 | |
| 34 | Учебная игра мини-баскетбол. | 1 | |

Календарно-тематическое планирование 6 класс

| № | Тема занятия | Количество часов | Дата проведения |
|----|---|------------------|-----------------|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | |
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | |
| 6 | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. | 1 | |
| 7 | Передача мяча в движении приставным шагом. | 1 | |
| 8 | Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением. | 1 | |
| 9 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 10 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 11 | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | |
| 12 | Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. | 1 | |
| 13 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 14 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 15 | Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | |
| 16 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 17 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 18 | Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | 1 | |
| 19 | Индивидуальные действия в защите против дриблинга. | 1 | |
| 20 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 21 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 22 | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | 1 | |
| 23 | Индивидуальные действия в защите в игре. | 1 | |
| 24 | Индивидуальные действия в защите в игре. | 1 | |
| 25 | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | |
| 26 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | |
| 27 | Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой. | 1 | |
| 28 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | |
| 29 | Броски мяча в корзину после передач. | 1 | |
| 30 | Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 31 | Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 32 | Учебная игра. | 1 | |
| 33 | Учебная игра. | 1 | |
| 34 | Учебная игра. | 1 | |

Календарно-тематическое планирование 7 класс

| № | Тема занятия | Количество часов | Дата проведения |
|---|---|------------------|-----------------|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | |
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | |
| 6 | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. | 1 | |
| 7 | Передача мяча в движении приставным шагом. | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 8 | Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением. | 1 | |
| 9 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 10 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 11 | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | |
| 12 | Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. | 1 | |
| 13 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 14 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 15 | Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | |
| 16 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 17 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 18 | Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | 1 | |
| 19 | Индивидуальные действия в защите против дриблинга. | 1 | |
| 20 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 21 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 22 | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | 1 | |
| 23 | Индивидуальные действия в защите в игре. | 1 | |
| 24 | Индивидуальные действия в защите в игре. | 1 | |
| 25 | Броски мяча в корзину с трехсекундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | |
| 26 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | |
| 27 | Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой. | 1 | |
| 28 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | |
| 29 | Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра. | 1 | |
| 30 | Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 31 | Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 32 | Учебная игра. Штрафной бросок. | 1 | |
| 33 | Учебная игра. Штрафной бросок | 1 | |
| 34 | Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против заслонов | 1 | |

Календарно-тематическое планирование 8 класс

| № | Тема занятия | Количество часов | Дата проведения |
|----|--|------------------|-----------------|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | |
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | |
| 6 | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. | 1 | |
| 7 | Передача мяча в движении приставным шагом. | 1 | |
| 8 | Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением. | 1 | |
| 9 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 10 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 11 | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | |
| 12 | Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. | 1 | |
| 13 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 14 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 15 | Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | |
| 16 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 17 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 18 | Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | 1 | |
| 19 | Индивидуальные действия в защите против дриблинга. | 1 | |
| 20 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 21 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 22 | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | 1 | |
| 23 | Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита. | 1 | |
| 24 | Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита. | 1 | |
| 25 | Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | |
| 26 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | |
| 27 | Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой. | 1 | |
| 28 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | |
| 29 | Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра. | 1 | |
| 30 | Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 31 | Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 32 | Учебная игра. Штрафной бросок. Треугольник нападения. | 1 | |
| 33 | Учебная игра. Штрафной бросок Треугольник нападения. | 1 | |
| 34 | Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против заслонов | 1 | |

Календарно-тематическое планирование 9 класс

| № | Тема занятия | Количество часов | Дата проведения |
|---|---|------------------|-----------------|
| 1 | Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 1 | |
| 2 | Ведение мяча со сменой ритма движения | 1 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 3 | Ведение мяча с изменением направления движения | 1 | |
| 4 | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 1 | |
| 5 | Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. | 1 | |
| 6 | Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте. | 1 | |
| 7 | Передача мяча в движении приставным шагом. | 1 | |
| 8 | Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением. | 1 | |
| 9 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 10 | Передачи мяча в игре. | 1 | |
| 11 | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 1 | |
| 12 | Индивидуальные действия в нападении с дриблингом. | 1 | |
| 13 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 14 | Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину. | 1 | |
| 15 | Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов. | 1 | |
| 16 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 17 | Индивидуальные действия в нападении в игре. | 1 | |
| 18 | Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения. | 1 | |
| 19 | Индивидуальные действия в защите против дриблинга. | 1 | |
| 20 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 21 | Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину. | 1 | |
| 22 | Индивидуальные действия в защите против заслонов. | 1 | |
| 23 | Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита. | 1 | |
| 24 | Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита. | 1 | |
| 25 | Броски мяча в корзину с трехсекундной зоны. Штрафной бросок. | 1 | |
| 26 | Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции. | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| 27 | Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой. | 1 | |
| 28 | Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями. | 1 | |
| 29 | Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра. | 1 | |
| 30 | Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 31 | Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок. | 1 | |
| 32 | Учебная игра. Личная защита. | 1 | |
| 33 | Учебная игра. Личная защита. | 1 | |
| 34 | Учебная игра. Личная защита. | 1 | |