

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Чулпанская средняя общеобразовательная школа»

МКОУ "Чулпанская СОШ"

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Председатель МО

Зам директора по УВР

Директор МКОУ
"Чулпанская СОШ"

Зимова О. П.

Бегманова Е. А.

Севастьянова Ю.Н.

Протокол №1 от «23»
08 2023 г.

1 от «24» 08 2023 г.

Приказ №26 от «25» 08
2023 г.

Подписано цифровой подписью:
Севастьянова Юлия Николаевна
DN: E=uc_fk@goskazna.ru, S=77 Москва, ИНН
ЮЛ=7710568760, ОГРН=1047797019830,
STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1",
L=г. Москва, С=RU, О=Казначейство России, CN=Казначейство
России
Причина: Я утвердил этот документ
Дата: 31 Август 2023 г. 11:01:32

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«БАСКЕТБОЛ»**

Класс	5-9
Учебный год	2023-2024
Срок реализации программы	1
Учитель (ФИО)	Кузьмин П. А.

Чулпан 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

№	Нормативные документы
1.	Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»
2.	Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
3.	Учебный план МКОУ «Чулпанская СОШ» на 2023-2024 учебный год Приказ 24/1-ОД от 23.08.2023
4.	Программа воспитания МКОУ «Чулпанская СОШ» приказ № 24/3 от 23.08.2023
5.	Основная образовательная программа начального общего образования МКОУ «Чулпанская СОШ» утвержденная приказом № 24 от 23.08.2023 г.
6.	Положение о рабочих программах по ФГОС -2021 приказ № 25/3 от 24.08.2022
7.	Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях" в ред. изменений от 22.05.2019г.)
8.	Примерная государственная программа спортивной подготовки для общеобразовательных учреждений под редакцией авторского коллектива Ю. М. Портнова, В.Г.Башкирова, В. Г. Луничкина, программа относится к спортивно–оздоровительному направлению

Цель программы: оптимизировать двигательную активность школьников во внеурочное время.

Для реализации этой программы поставлены следующие **задачи:**

1. познакомить учащихся со спортивной игрой «Баскетбол» и возможностью использовать её при организации досуга;
2. формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
3. развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
4. воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к спортивным играм, как наследию и проявлению здорового образа жизни.

Общая характеристика курса программы внеурочной деятельности "Баскетбол"

Рабочая программа внеурочной деятельности «Баскетбол» разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО, на основе примерной государственной программы спортивной подготовки для общеобразовательных учреждений под редакцией авторского коллектива Ю. М. Портнова, В.Г.Башкирова, В. Г. Луничкина, программа относится к спортивно–оздоровительному направлению.

Описание места курса программы внеурочной деятельности "Баскетбол"

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» предназначена для учащихся 5-9 классов. Рассчитана на 170 занятий (по 40 мин.) 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.

Формы занятий: игра, беседа, видеоуроки по баскетболу, соревнования в зачет школьной спартакиады.

Виды деятельности: познавательная, конструктивная, спортивные игры.

Формы подведения итогов – сдача нормативов по ОФП, СФП, участие в соревнованиях школьного и муниципального уровня.

Формы проведения занятия 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.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей и значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья учащиеся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **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** — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** — освоенный учащимися в ходе изучения

учебныхпредметовопытспецифической для каждойпредметнойобласти деятельности по

получению нового знания, его преобразованию и применению, а также системаосновополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современнойнаучнойкартинымира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительномунаправлению“Баскетбол”являетсяформированиеследующихумений:

- **определять** и **высказывать** простые и общие для всех людей правила поведенияприсотрудничестве(этическиенормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь наобщие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке другихучастниковвгруппыипедагога,как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” - является формирование следующихуниверсальныхучебныхдействий(УУД):

1. РегулятивныеУУД.

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятии с помощью учителя,а далеесамостоятельно.
- **Проговаривать**последовательностьдействий.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания,учить **работать** по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметьсамостоятельнопланироватьсвоюдеятельность.
- Средствомформированияэтихдействийслужиттехнологияпроблемногодиалога на этапеизученияновогоматериала.
- Учитьсясовместно сучителемидругимивоспитанниками**давать**эмоциональную **оценку**деятельностикомандыназанятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оцениванияобразовательныхдостижений(учебныхуспехов).

2. ПознавательныеУУД.

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя разныеисточникиинформации,свойжизненныйопытиинформацию,полученнуюназанятии.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результатесовместнойработы всейкоманды.
- Средствомформированияэтихдействийслужитучебныйматериализадания.

3. КоммуникативныеУУД.

- Умениедонестисвоюпозициюодругих: оформлятьсвоюмысль.**Слушатьи понимать**речьдругих.
- Совместно договариватьсяо правилахобщенияиповедениявигреиследовать им.
- Учитьсявыполнятьразличныероливгруппе(лидера,исполнителя, критика).
- Средством формированияэтихдействий служиторганизацияработывпарахимальныхгруппах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- 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.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Содержание курса программы внеурочной деятельности «Баскетбол»

Примерное распределение учебного материала по баскетболу во

внеурочной деятельности учащихся

№	Учебный материал	Классы				
		5	6	7	8	9
Перемещения						
1	Стойка игрока (исходные положения)	Р	З	С	+	+
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Р	З	С	+	+
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	+	+	+	+	+
Передача мяча						
1	Передача от плеча	Р	З	З	С	С
2	Передача от груди	Р	З	+	+	+
3	Передача из-за головы	Р	З	+	+	+
4	Передача в движении	Р	З	+	+	+
5	Передача на месте и в движении	Р	З	+	+	+
Подбор мяча						
1	Перехват мяча в нападении, на чужом щите.	Р	Р	Р	З	С
2	Перехват мяча в защите, на своём щите.	Р	Р	З	С	С
3	Коллективный перехват мяча.	Р	Р	З	С	С
Перехват мяча						
1	Перехват мяча при передаче.	Р	Р	З	З	С
2	Перехват мяча при ведении.	Р	Р	З	З	С
Броски мяча в кольцо						
1	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок в кольцо.	Р	З	З	+	+
2	Ведение, два шага, бросок в кольцо.	Р	З	З	+	+
3	Броски в кольцо «из-под кольца».	Р	З	З	+	+

4	Броски в кольцо в трёхсекундной зоне.	Р	З	З	+	+
5	Штрафной бросок.	Р	З	З	+	+
Тактические игры						
1	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	Р	Р	З	З	С
2	Групповые тактические действия в нападении и защите			Р	З	С
3	Командные тактические действия в нападении и защите				Р	З
4	Двухсторонняя учебная игра	+	+	+	+	+
Подвижные игры и эстафеты						
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов тактических действий	+	+	+	+	+
2	Игры развивающие физические способности	+	+	+	+	+
Физическая подготовка						
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	+	+	+	+	+
Судейская практика						
1	Судейство учебной игры в баскетбол		+	+	+	+

Тематический план

спортивно-оздоровительного направления «Баскетбол»

Тематическое планирование 5 класс

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Перемещения	7	Использовать игру в 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 спиры землением 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 уло вли 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
2	Верхняя передача мяча	6	
3	Нижняя передача мяча	6	
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	3	
6	Подвижные игры и эстафеты	8	
7	Физическая подготовка в процессе занятия.		
	Итого 34 часа.		

			игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки
			способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.

Тематическое планирование 6 класс

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Индивидуальные тактические действия в защите.	7	Использовать игру в 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 спирыжением 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.
2	Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении	7	
3	Передача мяча	6	
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	7	
6	Двусторонняя учебная игра	9	
7	Физическая подготовка в процессе занятия.		
	Итого 34 часа.	34	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.

Тематическое планирование 7 класс

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Индивидуальные тактические действия в нападении.	8	Использовать игру в 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.
2	Групповые тактические действия в нападении, защите	6	

3	Передача мяча	6	<p>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.</p>
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	3	
6	Двусторонняя учебная игра	7	
7	Физическая подготовка		
	процессе занятия.		
	Итого 34 часа.		

Тематическое планирование 8 класс

№	Тема	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Ведение мяча	4	<p>Использовать игру в 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 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.</p>
2	Перехват мяча	8	
3	Броски мяча в кольцо	6	
4	Передача мяча	4	
5	Двусторонняя учебная игра	5	
6	Групповые тактические действия в нападении, защите	4	
7	Командные тактические действия в нападении и защите	4	
8	Физическая подготовка в процессе занятия.		
	Итого 34 часа		

Тематическое планирование 9 класс

№	Тема	Кол-вочасов	Характеристика деятельности учащихся
1	Передача мяча	5	Использовать игру в 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	Перехваты мяча	5	
3	Броски мяча в кольцо	6	
4	Совершенствовать	4	
5	Двусторонняя учебная игра	8	
6		4	
7	Командные	3	
	тактические действия в нападении и защите		
	Физическая подготовка в процессе занятия.		
	Итого 34 часа.		

Список литературы

1. **Баскетбол** [Текст]: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст]. - М.: Советский спорт, 2019. - 112 с.
2. **Киселев П.А.**, [Текст]: Справочник учителя физической культуры [Текст] / авт. - сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. - Волгоград: Учитель, 2018. - 251 с.
3. **Колодиницкий, Г.А.**, [Текст]: Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол [Текст]: уч. пособие для учителей и методистов / Сост Г.А. Колодиницкий В.С., Кузнецов-М.: Просвещение, 2013. - 112 с.: ил. - (Работаем по новым стандартам).
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). [Текст] / - М.: Советский спорт, 2005. - 112 с.
5. Примерные программы по учебным предметам. [Текст] / П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект. - 3-е изд. - М.: Просвещение, 2021.

Планируемые результаты изучения учащимися курса программы внеурочной деятельности.

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
-----------------------	---------------------------	-----------------------

<ul style="list-style-type: none"> • Проявление дисциплированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; 	<ul style="list-style-type: none"> • Активное включение в общение и взаимодействие с соперниками на принципах уважения 	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять простейшие комбинации; • играть по правилам в спортивные игры баскетбол;
<ul style="list-style-type: none"> • Готовность к преодолению трудностей; • Целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма; • Ориентация на понимание причин успеха в овнеурочной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> • и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения • Оказание моральной поддержки соперникам во время соревнований. 	<ul style="list-style-type: none"> • самостоятельно организовывать и проводить спортивные соревнования; • планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга.

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 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;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

№	Контрольные нормативы	1 год	2 год	3 год	4 год
1	Правил соревнований	+	+	+	+
2	Передачи в парах на месте	10	13	15	20
3	Передача в парах в движении	10	12	15	16
4	Ведение баскетбольного мяча с изменением направления	10	12	15	16
5	Бросок в кольцо с места	15	20	25	25
6	Ведение и бросок в кольцо	4	5	-	-
7	Штрафной бросок	-	-	7	8

8	Выбивание и вырывание мяча	-	3	4	5
9	Техника защиты	3	4	5	5
10	Техника нападения	3	3	4	4

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№	Тема занятия	Дата	часы
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		1ч
2	Стойка игрока (исходные положения)		1ч
3	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		1ч
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		1ч
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		1ч
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		1ч
7	Игровое занятие		1ч
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		1ч
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		1ч
10	Эстафеты с различными способами перемещений.		1ч
11	Разучивание		1ч
12	Верхняя передача мяча		1ч
13	Нижняя передача мяча		1ч
14	Игровое занятие.		1ч
15	Разучивание верхней передачи мяча.		1ч
16	Верхняя передача мяча в парах		1ч
17	Нижняя передача мяча в парах.		1ч
18	Игровое занятие.		1ч
19	Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.		1ч
20	Ведение мяча, остановка прыжком над ногами, бросок мяча в кольцо от щита.		1ч
21	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.		1ч
22	Ведение мяча с броском в кольцо справа, слева и по центру на кольцо.		1ч
23	Игровое занятие.		1ч
24	Ведение мяча с разной высотой отскока		1ч

25	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении		1ч
26	Броски мяча одной рукой от плеча с места		1ч
27	Игровое занятие		1ч
28	Ведение мяча правой или левой рукой с сопротивлением		1ч
29	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением		1ч
30	Бросок мяча после остановки		1ч
31	Игровое занятие.		1ч
32	Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением		1ч
33	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением		1ч
34	Персональная опека игрока		1ч
	Учебная игра мини-баскетбол (входезанятий)		1ч
			34

Календарно-тематическое планирование по классу

№	Тема занятия	Дата	часы
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.		1ч
2	Ведение мяча с осменной ритма движения		1ч
3	Ведение мяча с изменением направления движения		1ч
4	Ведение мяча с освоенными действиями.		1ч
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.		1ч
6	Передачи баскетбольного мяча в движении на месте.		1ч
7	Передачи мяча в движении скрестным шагом и приставным.		1ч
8	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением.		1ч
9	Передачи мяча в игре.		1ч
10	Передачи мяча в игре.		1ч
11	Индивидуальные действия в нападении с осменой ритма движения.		1ч
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.		1ч
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1ч
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1ч
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.		1ч

16	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
18	Индивидуальные действия в защите сменной ритма движения.		1ч
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.		1ч
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.		1ч
23	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
24	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
25	Броски мяча в корзину у трехсекундной зоны. Штрафной бросок.		1ч
26	Броски мяча в корзину с средней и дальней дистанции.		1ч
27	Броски мяча в корзину с двух шагов провой или левой рукой.		1ч
28	Броски мяча в корзину с установкой на двеноги и обманными движениями.		1ч
29	Броски мяча в корзину после передач.		1ч
30	Броски мяча в корзину с средней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
32	Учебная игра.		1ч
33	Учебная игра.		1ч
34	Учебная игра.		1ч
			34

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№	Тема занятия	Дата	часы
1	Ведение баскетбольного мячаистойка баскетболиста.		1ч
2	Ведение мяча сменной ритма движения		1ч
3	Ведение мяча с изменением направления движения		1ч
4	Ведение мяча с всемирными изученными действиями.		1ч
5	Передачи баскетбольного мяча наместии в движении.		1ч
6	Передачи баскетбольного мяча наместии в движении.		1ч
7	Передачи мяча в движении скрестным шагом и приставным.		1ч
8	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением.		1ч
9	Передачи мяча в игре.		1ч
10	Передачи мяча в игре.		1ч
11	Индивидуальные действия в нападении сменной ритма движения.		1ч
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.		1ч

13	Индивидуальные действия в нападении сбросками мяча в корзину.		1ч
14	Индивидуальные действия в нападении сбросками мяча в корзину.		1ч
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.		1ч
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
18	Индивидуальные действия в защите сменной ритма движения.		1ч
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.		1ч
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.		1ч
23	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
24	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
25	Броски мяча в корзину с трехсекундной зоны. Штрафной бросок.		1ч
26	Броски мяча в корзину с средней и дальней дистанции.		1ч
27	Броски мяча в корзину с двух шагов правой или левой рукой.		1ч
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.		1ч
29	Броски мяча в корзину с передачей.		1ч
30	Броски мяча в корзину с средней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
32	Учебная игра.		1ч
33	Учебная игра.		1ч
34	Учебная игра.		1ч
			34

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема занятия	Дата	часы
1	Ведение баскетбольного мяча стойка баскетболиста.		1ч
2	Ведение мяча сменной ритма движения		1ч
3	Ведение мяча с изменением направления движения		1ч
4	Ведение мяча с всеми изученными действиями.		1ч
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.		1ч
6	Передачи баскетбольного мяча на месте.		1ч
7	Передачи мяча в движении скрестным шагом и приставным.		1ч
8	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением.		1ч
9	Передачи мяча в игре.		1ч

10	Передачи мяча в игре.		1ч
11	Индивидуальные действия в нападении сменной ритма движения.		1ч
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.		1ч
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1ч
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1ч
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.		1ч
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
18	Индивидуальные действия в защите сменной ритма движения.		1ч
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.		1ч
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.		1ч
23	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
24	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
25	Броски мяча в корзину в трехсекундной зоне. Штрафной бросок.		1ч
26	Броски мяча в корзину с средней и дальней дистанции.		1ч
27	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.		1ч
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.		1ч
29	Броски мяча в корзину после передач.		1ч
30	Броски мяча в корзину с средней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
32	Учебная игра.		1ч
33	Учебная игра.		1ч
34	Учебная игра.		1ч
			34

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Тема занятия	Дата	часы
1	Ведение баскетбольного мяча стойка баскетболиста.		1ч
2	Ведение мяча сменной ритма движения		1ч
3	Ведение мяча с изменением направления движения		1ч
4	Ведение мяча с всеми изученными действиями.		1ч
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.		1ч
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.		1ч
7	Передача мяча в движении с крестным шагом и приставным.		1ч

8	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным ссопротивлением.		1ч
9	Передачи мяча в игре.		1ч
10	Передачи мяча в игре.		1ч
11	Индивидуальные действия в нападении с сменной ритма движения.		1ч
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.		1ч
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1ч
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.		1ч
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.		1ч
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.		1ч
18	Индивидуальные действия в защите с сменной ритма движения.		1ч
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.		1ч
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.		1ч
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.		1ч
23	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
24	Индивидуальные действия в защите в игре.		1ч
25	Броски мяча в корзину с трехсекундной зоны. Штрафной бросок.		1ч
26	Броски мяча в корзину с средней и дальней дистанции.		1ч
27	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.		1ч
28	Броски мяча в корзину с постановкой на двеноги и обманными движениями.		1ч
29	Броски мяча в корзину после передач.		1ч
30	Броски мяча в корзину с средней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.		1ч
32	Учебная игра.		1ч
33	Учебная игра.		1ч
34	Учебная игра.		1ч
			34

Приложение 1

Игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты

В учебно-тренировочном процессе по баскетболу подвижные игры, соревновательно-игровые задания и эстафеты применяются для закрепления технических приёмов и тактических действий. Они могут быть включены в подготовительную часть занятия как продолжение разминки и в конце основной части занятия. Выбор подвижных игр зависит от материально-технической оснащённости учебного процесса (спортивный зал, стадион, пришкольная спортивная площадка, инвентарь), возраста и уровня подготовленности занимающихся.

Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий

Игры перемещениями игроков

«Спиной к финишу». Игроки построены в одну шеренгу за лицевой линией, спиной к финишу. Интервал между ними 4—5 м. По сигналу игроки бегут 18 м спиной вперёд (до противоположной лицевой линии). Побеждает игрок, который первым пересечёт линию финиша.

«Бег с кувырками». Команды построены в колонну по одному за лицевой линией площадки (линия старта-финиша). На расстоянии 9 м перед командами кладут гимнастический мат. По сигналу первые игроки команд бегут до гимнастического мата, выполняют кувырок вперёд и продолжают бег до противоположной лицевой линии. Заступив одной ногой за линию, игроки возвращаются спиной вперёд, выполняют на мате кувырок назад и продолжают бег спиной вперёд до линии старта-финиша. Победитель приносит своей команде 1 очко. Следующие игроки выполняют то же задание. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков».

Предварительно на обеих половинах волейбольной площадки устанавливают по три кубика (можно кегли) на линиях разметки: два на пересечении линии нападения и боковых линий (по одному с каждой стороны) и один в центре на средней линии. В эстафете принимают участие две команды по шесть человек, которые располагаются на противоположных лицевых линиях. По сигналу первые участники от каждой команды, пробежав до пересечения линии нападения с боковой линией (на своей стороне площадки), берут в руки кубик, бегут обратно и ставят его на

лицевую линию. Затем то же

действие выполняют сортеры кубиком, находящимся на противоположной стороне от первого кубика. После чего устремляются к средней линии, берут третий кубик, возвращаются назад и передают его второму участнику своей команды. Тот в свою очередь выполняет это же задание, только в обратной последовательности и т. д. Выигрывает команда, последний участник которой первым закончит перенос установки кубиков в исходное (доигры) положение.

Игры с передачами мяча

1. Игровое задание «Художник». Передачами мяча сверху обозначить на стене какую-либо геометрическую фигуру, букву или цифру.

2. «Мяч над головой». Занимающиеся разбиваются на команды равным числом игроков. Время игры (обычно 1—

1,5 мин) объявляется заранее. Одновременно могут играть две более команды. При нехватке волейбольных мячей команды выступают в группу очереди. Игроки каждой команды произвольно располагаются на отведённой им части площадки. Одна команда отделяется от другой меловой линией или линиями имеющейся разметки. Каждый участник получает волейбольный мяч. От команды выделяется один человек, который контролирует игру команды-соперницы. По сигналу все играющие начинают выполнять верхнюю передачу над собой. Игрок, уронивший мяч или поймавший его, выбывает из игры и садится на скамейку. Побеждает команда, у которой после сигнала об окончании игры на площадке осталось больше игроков. Игру повторяют 2—3 раза.

3. «Обстрел чужого поля». На боковых линиях волейбольной площадки обозначают два круга диаметром 2 м один напротив другого. По очереди игроки заходят в круг и выполняют передачу мяча сверху двумя руками, стараясь попасть в противоположный круг. Если мяч не попадает в цель, игрок получает штрафное очко. Побеждает игрок, набравший наименьшее количество штрафных очков.

4. «Не урони мяч». Игроки делятся на пары и располагаются на расстоянии 4 м друг от друга. У каждой пары — волейбольный мяч. По сигналу начинают встречную произвольную передачу мяча в парах. Пара, поймавшая или уронившая мяч, садится на скамейку. Последняя пара, оставшаяся на площадке, объявляется победителем. Игру можно проводить по командам, сформировав из определённого количества пар.

5. «Передачи в движении». Игроки в парах на расстоянии 4 м друг от друга из залицевой линии начинают передачу мяча двумя руками сверху (снизу) в движении, перемещаясь боком к противоположной линии и обратно. Побеждает та пара, которая допустила меньше потерь мяча.

6. «Свеча». В игре принимают участие две и более команды с равным числом игроков. Наполумеломобозначаюткругиликладутгимнастическийобруч.Командырасполагаютсяв колонны по одному. По сигналу первые игроки команд забегают в круг, выполняютпередачу над собой и выбегают из круга, а их места занимают вторые номера и т. д.Побеждаеткоманда,сделавшаябольше передачзаопределённое время.

7. «Поймайипередай». Участникиразделяютсянанесколькокоманд,которыестановятсявколо нныпоодномунапротивдругдруганабоковыхлинияхплощадки.По команде направляющие одной из колонн подбрасывают мяч одной рукой и выполняютпередачуснизудвумярукамипартнёруовстречнуюколонну.Тотловитмячианалог ичным

образомвозвращаетегообратнопротивоположнуюколонну.Игроки,выполнившиепередачу мяча, становятся в конец своей колонны. Побеждает команда, которая выполнитэтоупражнение быстрееисменьшимколичествомошибокилисовсембезошибок.

8. «Вызовномеров».Играпроводитсявдвухкомандах.Игрокикаждойкомандырассчитывают ся по порядку и, запомнив свой номер, становятся по кругу. Один игрок смячом стоит в центре круга. По сигналу он начинает выполнять передачи мяча над собой,после третьей передачи называет какой-либо номер и бежит из круга. Игрок, чей номербыл назван, устремляется к мячу и, не дав ему упасть на пол, продолжает передачу мячанад собой и т. д. Побеждает команда, у которой было меньше потерь мяча в отведённоевремя.

Варианты

1. Игроки занимают по кругу различные исходные положения: стоя спиной к центрукруга;сидянаполуидр.

2. Игроки передвигаются по кругу ходьбой, медленным бегом, прыжками на обеихногах,вприседеит.п.

3. Командывыстраиваютсявколонныпередлиниейстартанаоднойсторонеплощадки.На расстоянии9мпередними(вкругах)лежитповолейбольному мячу.Игроки рассчитываются по порядку. Учитель вызывает любой номер, и игрок, чей номербыл назван, устремляетсякмячу.Берётеговруки,выполняетпередачупартнёру,стоящем у во главе колонны, и получает от него обратный пас. Команда, игрок которойбыстреевыполнилдвепередачи,получает1очко.Затемвызываются(влюбойпоследова тельности)остальныеигрокикоманды.Выигрываеткоманда,набравшаянаибольшее количествоочков.

9. Эстафетаспередачейбаскетбольногомяча .Две-трикомандысравнымколичеством игроков располагаются во встречных колоннах на расстоянии 7—8 мПосигналупервыеигрокиколоннударяютбаскетбольныммячомобпол,асамиперемещаются

в конец встречных колонн. Первые игроки встречных колонн выбегают вперёд, принимают отскочивший от пола мяч, передают его двумя руками сверху (или снизу) в обратном направлении второму игроку и перемещаются в конец противоположной колонны, второй также ударяет мячом об пол, а затем перемещается в конец встречной колонны и т. д. Игра проводится на время. Побеждает команда, допустившая меньше количество ошибок.

10. Эстафета «Передал—садись». Две колонны на расстоянии 3—

4 м одна от другой, расстояние между игроками—

длина рук, положенных на плечи. Перед колоннами на расстоянии 5—6 м — круги, в которые встают с баскетбольными мячами капитаны команд. По сигналу игроки в кругах передают мяч первым игрокам в колоннах, те возвращают мяч обратно и сразу принимают упор присев. Далее такие же действия совершает второй, третий игрок и т. д. Когда последний в команде игрок отдаёт капитану мяч, тот поднимает его вверх вся команда быстро встаёт. Побеждает команда, закончившая передачу раньше других.

11. Игра «Выбивалы» Цель: перемещение по площадке и выбор места.

Инвентарь и оборудование: волейбольный мяч. Подготовка: группа делится на 3 равных команды. Первая группа на одной стороне зала, вторая на другой стороне зала, и третья группа в середине зала. Дается время 3 мин. Описание игры: за данное время выбить мячом как можно больше игроков. Правила игры: игрок, которого коснулся мяч, выходит из игры.

12. Эстафета «Забрось мяч в кольцо» Цель: совершенствование техники ведения мяча и броска мяча в корзину. Инвентарь и оборудование: баскетбольные мячи. Подготовка: играющие делятся на две команды и выстраиваются в центре зала параллельно, каждая команда лицом к кольцу.

Описание игры: по сигналу игроки разных команд добегают каждый к своему кольцу, стараясь забросить мяч в кольцо и возвращаются в свою команду. Передают мяч следующему игроку, а сами встают в конец колонны.

Правила игры: играют до тех пор, пока все игроки не выполнят задание. Выигрывает команда, у которой больше попаданий в кольцо.

13. «Охотники и утки» Цель: развитие точности движений, ловкости и быстроты реакции.

Количество игроков — 10—20. Инвентарь: баскетбольные мячи. Инструкция. Играющие делятся на две команды — «охотников» и «уток». «Охотники» становятся

по кругу за чертой, а «утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу «охотники» стараются запятнать «уток» мячом. Они, бегая и прыгая внутри круга, увертываются от мяча. «Подстреленная утка» выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не будут «убиты» все «утки». Затем команды меняются ролями. Выигрывает команда «охотников», которая быстрее запятнала всех «уток».

Методические указания. Игра большой интенсивности. Необходимо следить за тем, чтобы играющие не переутомились.

14. «Живая корзина» Цель: развитие точности и улучшение координации движений. Количество игроков — 5—6. Инвентарь: баскетбольные мячи, табуретка. Инструкция. Если нет баскетбольных щитов, то игра может проходить по упрощенным правилам. Площадка размечается условно, вместо щита и баскетбольной корзины на возвышении (табуретке) стоит игрок. Его задача заключается в том, чтобы, не сходя с места, поймать брошенный ему мяч. Игра ведется по упрощенным правилам баскетбола (без аутов). Продолжительность игры — два тайма по 5 минут.

15. "Часовые и разведчики" Подготовка. Играющие делятся на две команды - "разведчиков" и "часовых" - и выстраиваются вдоль двух противоположных сторон площадки на расстоянии 18-20 м одна от другой. В трёх шагах перед шеренгами проводится линия, а в середине в очерченный кружок кладётся волейбольный мяч.

Содержание игры. Игроки в командах рассчитываются по порядку номеров. Задача команды "разведчиков" - унести мяч за свою линию, задача игроков другой команды - воспрепятствовать этому. Учитель громко называет номер, и игроки, стоящие напротив (имеющие этот номер), подбегают к мячу. Если "часовой" зазевался, "разведчик" хватается за мяч и убегает с ним в свой дом, а "часовой" идёт в плен, становится за спиной "разведчика". Если же оба игрока одновременно убегают на середину, то задача "разведчика" заключается в том, чтобы, выполнив ряд отвлекающих упражнений (движения руками, прыжки на месте и с поворотом, выпады и т.п.), отвлечь внимание "часового" (он повторяет вслед за "разведчиком" эти движения) и унести мяч. Если "разведчик" схватил мяч, но "часовой" настиг его и осалил рукой, пленным становится "разведчик", в противном случае он выигрывает поединок. Игра продолжается до тех пор, пока все номера не примут участия в игре. Пленные подсчитываются и отпускаются

в свои команды. Игра повторяется, игроки при этом меняются ролями. Побеждает та команда, кот

орая сумел авзять больше пленников.

Правила игры: 1. "Часовой" обязан повторить все движения "разведчика", иначе он проигрывает.

2. Преследовать убегающего игрока можно только до черты его дома.

3. Игрок, уронивший мяч, считается пойманным. 4. Каждый раз мяч ставит на место "разведчик".

16. «Играй, играй мяч не теряй». Задачи. Учить детей слушать сигнал, дать им почувствовать физические качества мяча, формировать умения управлять мячом и играть с ним не мешая товарищу, находить свободное место на площадке.

Описание игры. Все дети располагаются на площадке и каждый играет с мячом по своему усмотрению. После сигнала воспитателя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется.

Варианты. После сигнала воспитателя все игроки должны правильно держать мяч или принять стойку баскетболиста.

Методические указания. Перед игрой воспитатель называет движение с мячом, которые дети могут выполнять.

Игры с передачей, ловлей мяча

17. «10 передач». Задачи. Учить детей передавать-ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление и ометь товарищу правильно выполнять движения.

Описание игры. Дети становятся парами на расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча.

Методические указания. Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, и бросать его партнеру на уровне груди.

18. «Обгони мяч». Задачи. Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Играют 2 или 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают водящих, которые имеют мяч. После сигнала воспитателя водящие отдают мяч игроку, стоящему справа от них, а сами бегут влево, оббегают круг и становятся на свое место. Получившие мяч передают следующему справа и т. д. Когда первый

возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра продолжается до тех пор, пока все не обегут круг, а мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

19. «За мячом». Задачи. Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умения ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна против другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч. По сигналу водящий передает мяч противстоящему в колонне ребенку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т. е. за мечом. Поймавший тоже передает мяч на против стоящему и отправляется за мячом. Игра продолжается пока все игроки не вернутся на свои места, а мяч не окажется у водящих.

Методические указания. Дети быстрее поймут, куда бежать после передачи мяча, если им объяснить, что они должны передвигать вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросали мяч.

Игры для обучения введению мяча.

20. «Ловец с мячом». Задачи. Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, менять направление и скорость передвижения, воспитывать честность и справедливость.

Описание игры. Дети с мячом свободно передвигаются по площадке, один из них водящий. Его цель, ведя мяч, задеть рукой кого-либо. Если ему это удастся, то тот кого он задел становится водящим, а водящий игроком.

Методические указания. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, а в дальнейшем – ребенок, свободно управляющий мячом.

Игры с бросками мяча в корзину.

21. «Пять бросков». Задачи. Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений, воспитывать честность и справедливость.

Описание игры. Дети располагаются на расстоянии 1,5-2 метра от корзины. По сигналу воспитателя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, указанным способом. Игры словлей, передачей и введением мяча.

22. «Мяч капитану». Задачи. Учить применять в игре разнообразные движения с мячом, согласовывать свои действия действиями партнера.

Описание игры. Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, нарисованный в конце чужой площадке. Дети бросают

мяч своему капитану, а противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану.

Методические указания. Мяч можно вести, передавать товарищу по игре, нельзя бежать с ним.