



# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## Министерство образования Омской области

### Департамент образования города Омска

#### БОУ г. Омска "Средняя общеобразовательная школа № 60"

#### РАССМОТРЕНО

на заседании  
методического  
объединения учителей

\_\_\_\_\_ Жорова Е.Г.

Протокол № 1

от «28» августа 2024 г.

#### РАССМОТРЕНО

на заседании  
педагогического совета

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

#### УТВЕРЖДЕНО

Директор БОУ "Средняя  
общеобразовательная  
школа № 60"

\_\_\_\_\_ Савельева Е.Л.

Приказ № 290

от «30» августа 2024 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

#### курса внеурочной деятельности

#### «Баскетбол»

для 4-8 классов основного общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Витман Дмитрий Юрьевич

Омск 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Тематическое планирование составлено в соответствии с нормативно- правовыми документами и методическими рекомендациями в рамках физкультурно-спортивного направления работы в школе.

По своему воздействию спортивные игры в т.ч. баскетбол являются наиболее комплексным универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают с ограниченными возможностями для развития, прежде всего координационных способностей.

Данная программа учащихся 4-8 классов ориентирована на последовательное освоение социально-психологических, анатомио- физиологических, педагогических основ системы физического воспитания, а также для продолжения обучения и совершенствования двигательных действий в спортивных играх "Баскетбол". Программа рассчитана на углубленное изучение основ знаний тактики и техники игры "Баскетбол", повышение представления об этом виде спорта, участие в соревнованиях, соблюдение правил техники безопасности во время тренировок, занятий и оказание первой помощи при травмах.

### **Цели программы:**

- содействие гармоническому физическому развитию, закреплению навыков;
- продолжение обучению и совершенствованию базовых видов двигательных действий;
- повышение представления об основных видах спорта;
- углубление основ знаний о личной гигиене, о влиянии физических упражнений на основные системы организма;
- развитие волевых и нравственных качеств;
- обеспечение прочного и сознательного овладения учащиеся системой специальных физкультурно-спортивных знаний и умений;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.

Значительное место в учебном процессе отведено самостоятельной деятельности учащихся способствующей повышению спортивной, квалификации.

Проверка ожидаемых результатов - участие в соревнованиях по баскетболу:

- а) внутришкольные соревнования
- б) районные соревнования
- в) товарищеские игры

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» предназначена для учащихся 11 – 15 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение занятий по 3 часа в неделю ( часа в год) в каждой группе. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом и психологическом развитии ребёнка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке для учащихся 13- 15 лет.

**Занятие по баскетболу** состоит 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.

Примерное содержание подготовительной части занятия:

1. Ходьба в колонне по одному:

Разновидности ходьбы (на носках, на пятках, на внутренней стороне стопы, на внешней стороне стопы, перекатом с пятки на носок)

2. Медленный бег в колонне по одному (1,5–2 мин):

Разновидности бега (обычный, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени, приставными шагами правым и левым боками, свыносом прямых ног вперед, скрестным шагом правым и левым боком, спиной вперед, змейкой по линиям зала со сменой направления).

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

4. Общеразвивающие и специальные подготовительные упражнения:

- упражнения на владение мячом в движении:

- игра 1x1, перемещения в защите

- смена защитника и нападающего по сигналу тренера

- ситуация быстрого прорыва 2x1

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

**В основной части** решаются следующие задачи:

- обучение технике и тактике игры, их закрепление и совершенствование;

- формирование умений применять технико-тактические действия в 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 новые, 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 организовывать их выполнение в игровой и соревновательной форме (подвижные игры, эстафеты, игровые задания, соревнования – кто лучше, точнее, быстрее).

Занятие рекомендуется заканчивать учебно-тренировочной игрой.

Перед учебной 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:

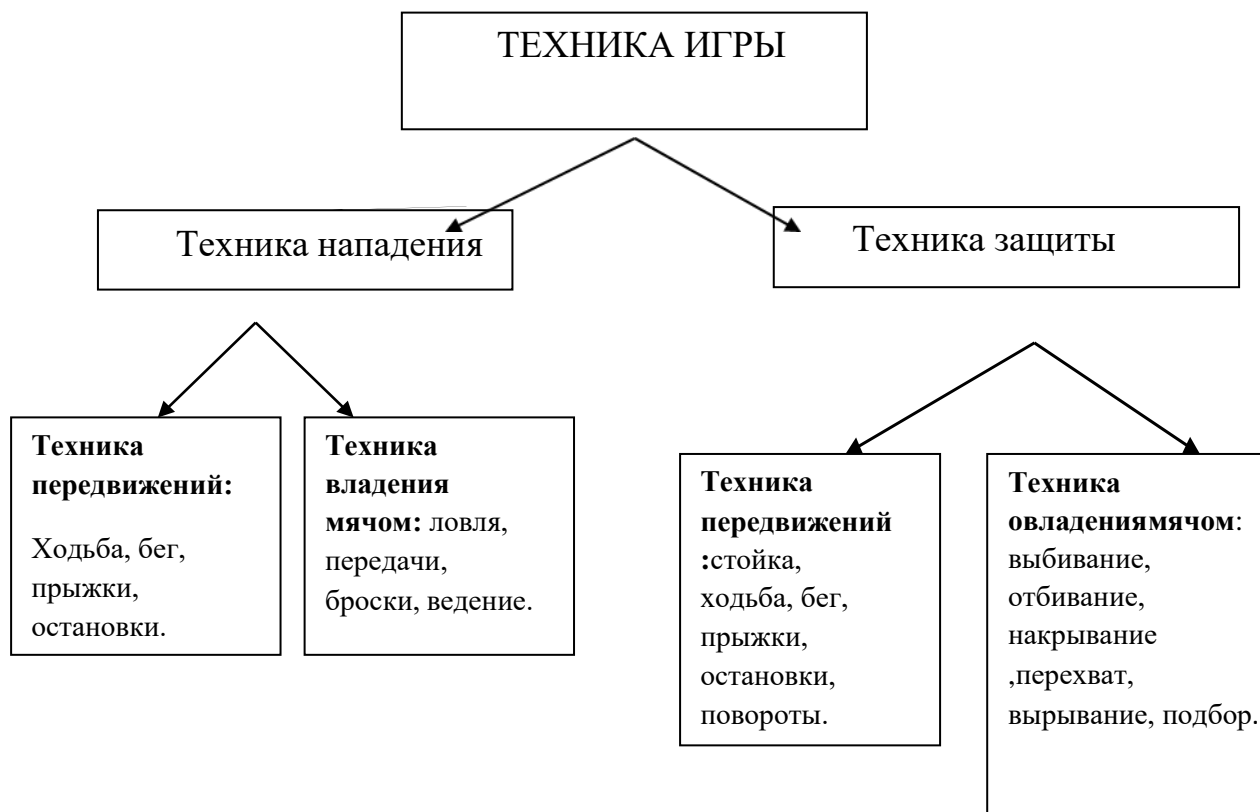
- по физической подготовке (упражнения для развития силовых, скоростных и скоростно-силовых способностей, выносливости);
- по технической подготовке (упражнения в передачах, броски в кольцо, ведение мяча);
- по тактической подготовке (изучение тактики, решение тактических задач).

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Техника игры** - это совокупность специальных приемов, способов и их разновидностей, позволяющих наиболее успешно решать конкретные игровые задачи. Техника спортсмена на каждом этапе развития баскетбола - это наиболее эффективное, апробированное практикой средство, которое дает возможность игроку в рамках правил успешно действовать в сложных ситуациях борьбы, атаки и обороны.

### Классификация техники

Классификация техники - это распределение всех приемов и способов по разделам и группам на основе определенных признаков.



Прием имеет способы выполнения. Каждый способ выполнения приема имеет несколько разновидностей, которые раскрывают отдельные детали структуры движения. Кроме того, на структуру способа оказывает влияние условия выполнения, которые уточняют специфику передвижения игрока, исходное положение, направление и дистанцию.

### **Последовательность обучения техническим приемам**

Чтобы добиться наилучших результатов в мгновенно складывающихся и изменяющихся игровых ситуациях, баскетболист должен владеть всем богатством разнообразных технических приемов и способов, уметь выбрать наиболее подходящий приём или сочетание приемов, быстро и точно их выполнить.

Прежде, чем приступить к освоению технических приемов. Необходим фундамент физической подготовки.

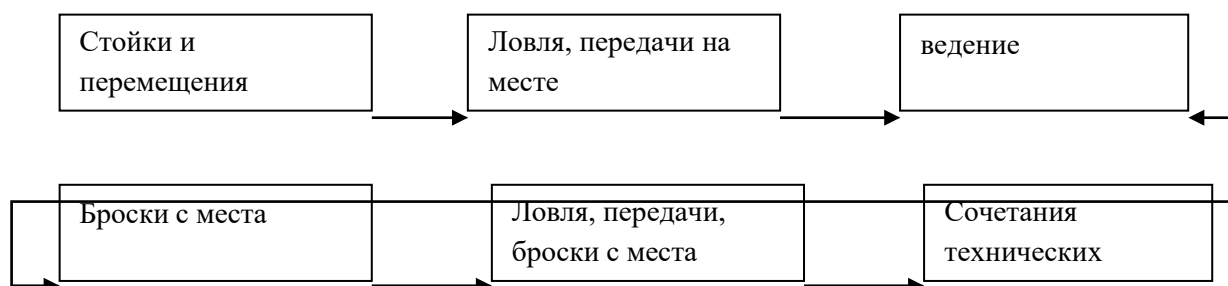
Не нужно спешить переходить от изучения одного приема к другому до тех пор, пока не выработается динамический стереотип.

Весь процесс обучения необходимо отстроить так, чтобы требования к способностям спортсмена повышались поступательно, и была преемственность в обучении.

Этапы обучения отдельного технического приема:

1. Ознакомление с изучаемым предметом
2. Изучение в упрощенных условиях
3. Изучение в усложненных условиях
4. Закрепление в игре.

При обучении техническим приемам должна быть определенная последовательность:



### **Схема изучения отдельного технического приема**

1. Рассказ (описание техники)
2. Показ (сам тренер, или лучший ученик)
3. Подводящие упражнения
4. Имитационные движения по фазам технического приема
5. (Расчлененный метод, иногда целостный)
6. Имитация всего приема
7. Выполнение в облегченных условиях
8. Многократное повторение приема (создание динамического стереотип). На этом этапе обязательны методические указания и устранение ошибок.

## 9. Повторение технического приема в усложненных условиях Применение технического приема, в игре.

Тактика игры – это раздел теории и практики, изучающий закономерности процесса игры, средства, способы, формы ведения спортивной борьбы и их рациональное применение против конкретного соперника, в конкретных условиях для достижения поставленной задачи.

Современная тактика баскетбола располагает большим арсеналом средств, способов и форм ведения борьбы.

Раскроем некоторые понятия, входящие в понятие «тактика».

Средства ведения борьбы – это технические приёмы баскетбола, например, отбор мяча, передачи, броски и т.д.

Под способами ведения игры подразумевается рациональное использование технических приёмов в борьбе с соперником, как в индивидуальном, так и в групповом и командном исполнении.

Заранее разученные и согласованные взаимодействия группы или всей команды называются игровой комбинацией, цель которой – создание одному из баскетболистов благоприятных условий для атаки корзины.

Формы ведения игры – это внешнее проявление содержания игровых действий команды, связанных с определёнными решениями тактических задач. Формы ведения игры могут быть активными и пассивными. В зависимости от применения активных или пассивных форм тактика носит наступательный или оборонительный характер. Причём оборонительная тактика может быть как пассивно-оборонительной (зонная защита), так и активно-оборонительной (личная опека по всей площадке).

### **КЛАССИФИКАЦИЯ ТАКТИКИ.**

В соответствии с основным содержанием игры – забросить мяч в корзину соперника и не дать забросить в свою – тактика распадается на два больших раздела: тактику нападения и тактику защиты.

Эти разделы подразделяются в зависимости от принципа организации действий игроков на группы: индивидуальные, групповые, командные. Группы в свою очередь делятся на виды: с мячом, без мяча. Виды в зависимости от конкретного содержания игровых действий – на способы. Способы, имеющие различные особенности выполнения, обуславливают появление вариантов. Например, способ позиционного нападения через центрального игрока имеет три варианта: нападение через одного центрального, через двух или трёх центральных.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **1. Личностные результаты:**

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

### **2. Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь 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).

#### **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.

### **3. 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.

**Эффект:** участие в соревнованиях школьного и городского уровня, судейство школьных соревнований.

#### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать 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.

### **Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

В итоге 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;

#### **и должны уметь:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём 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 результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся **смогут узнать:**

- 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, а также выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, 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;
- и смогут научиться:**
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
  - выполнять технические приёмы и тактические действия;
  - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
  - играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
  - демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
  - проводить судейство по баскетболу.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Тематическое планирование 4-8 классы

№	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1	Индивидуальные тактические действия в нападении.	Практическое занятие	15	<a href="https://lanbook.com/catalog/pedagogicheski-e-nauki/teoriya-i-metodika-obucheniya-bazovym-vidam-sporta-sportivnye-igry-basketbol-kratkosrochnny-kurs-zan/">https://lanbook.com/catalog/pedagogicheski-e-nauki/teoriya-i-metodika-obucheniya-bazovym-vidam-sporta-sportivnye-igry-basketbol-kratkosrochnny-kurs-zan/</a> <a href="https://russiabasket.ru/federation/documents/get/11308">https://russiabasket.ru/federation/documents/get/11308</a>
2	Групповые тактические действия в нападении, защите	Практическое занятие	12	
3	Передачи мяча	Практическое занятие	15	
4	Ведение мяча	Практическое занятие	20	
5	Броски мяча в кольцо	Практическое занятие	20	
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	Практическое занятие	20	
7	Физическая подготовка	Практическое занятие	в процессе занятия	
	Итого		102 часа	

### ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 4-5 классов

№ п/п	Разделы, темы занятий	Кол-во часов	Дата	Коррекция	
				Кол-во часов	Дата
1	Обучение основной стойке баскетболиста. Основные правила игры. ИТБ.	1	4.09		
2	Обучение основной стойке баскетболиста. Основные правила игры. ИТБ.	1	5.09		
3	Обучение основной стойке баскетболиста. Основные правила игры. ИТБ.	1	7.09		
4	Обучение поворотам и перемещениям в защитной стойке.	1	11.09		
5	Обучение поворотам и перемещениям в защитной стойке.	1	12.09		

6	Обучение поворотам и перемещениям в защитной стойке.	1	14.09		
7	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди.	1	18.09		
8	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди.	1	19.09		
9	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди.	1	21.09		
10	Закрепление техники перемещений в защитной стойке.	1	25.09		
11	Закрепление техники перемещений в защитной стойке.	1	26.09		
12	Закрепление техники перемещений в защитной стойке.	1	28.09		
13	Закрепление техники ловли и передаче мяча двумя руками от груди.	1	2.10		
14	Закрепление техники ловли и передаче мяча двумя руками от груди.	1	3.10		
15	Закрепление техники ловли и передаче мяча двумя руками от груди.	1	5.10		
16	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча(правой, левой). Обучение техники выполнения броска с места.	1	9.10		
17	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча(правой, левой). Обучение техники выполнения броска с места.	1	10.10		
18	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча(правой, левой). Обучение техники выполнения броска с места.	1	12.10		
19	Закрепление техники выполнения броска с места.	1	16.10		
20	Закрепление техники выполнения броска с места.	1	17.10		
21	Закрепление техники выполнения броска с места.	1	19.10		
22	Обучение передаче мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	1	23.10		
23	Обучение передаче мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	1	24.10		
24	Обучение передаче мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	1	26.10		
25	Обучение техники выполнения штрафного броска.	1	30.10		
26	Обучение техники выполнения штрафного броска.	1	2.11		
27	Обучение техники выполнения штрафного броска.	1	6.11		
28	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в парах).	1	7.11		
29	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в парах).	1	9.11		
30	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в парах).	1	13.11		
31	Закрепление ловли и передачи мяча в	1	14.11		

	движении (в тройках).				
32	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в тройках).	1	16.11		
33	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в тройках).	1	20.11		
34	Обучение технике ведения мяча на месте.	1	21.11		
35	Обучение технике ведения мяча на месте.	1	23.11		
36	Обучение технике ведения мяча на месте.	1	27.11		
37	Обучение технике выполнения ведения движения.	1	28.11		
38	Обучение технике выполнения ведения движения.	1	4.12		
39	Обучение технике выполнения ведения движения.	1	5.12		
40	Обучение технике выполнения ведения движения.	1	7.12		
41	Обучение технике выполнения ведения движения.	1	11.12		
42	Обучение технике выполнения ведения движения.	1	12.12		
43	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	14.12		
44	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	18.12		
45	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	19.12		
46	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	21.12		
47	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	25.12		
48	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	26.12		
49	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении после передачи.	1	28.12		
50	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении после передачи.	1	15.01		
51	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении после передачи.	1	16.01		
52	Закрепление техники выполнения штрафного броска. Прием нормативов по технической подготовке (штрафной бросок, броски с точек, обводка стоек).	1	18.01		
53	Закрепление техники выполнения штрафного броска. Прием нормативов по технической подготовке (штрафной бросок, броски с точек, обводка стоек).	1	22.01		
54	Закрепление техники выполнения штрафного броска. Прием нормативов по технической подготовке (штрафной бросок, броски с точек, обводка стоек).	1	23.01		
55	Обучение индивидуальным действиям в (против игрока - без мяча, с мячом).	1	25.01		

56	Обучение индивидуальным действиям в (против игрока - без мяча, с мячом).	1	29.01		
57	Обучение индивидуальным действиям в (против игрока - без мяча, с мячом).	1	30.01		
58	Закрепление индивидуальных действий в защите.	1	1.02		
59	Закрепление индивидуальных действий в защите.	1	5.02		
60	Закрепление индивидуальных действий в защите.	1	6.02		
61	Обучение индивидуальным действиям в нападении (игра 1x1). Учебная игра.	1	8.02		
62	Обучение индивидуальным действиям в нападении (игра 1x1). Учебная игра.	1	12.02		
63	Обучение индивидуальным действиям в нападении (игра 1x1). Учебная игра.	1	13.02		
64	Закрепление индивидуальных действий в нападении.	1	15.02		
65	Закрепление индивидуальных действий в нападении.	1	19.02		
66	Закрепление индивидуальных действий в нападении.	1	20.02		
67	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку мячом»)	1	22.02		
68	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку мячом»)	1	5.03		
69	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку мячом»)	1	6.03		
70	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку мячом»).	1	12.03		
71	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку мячом»).	1	13.03		
72	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку мячом»).	1	15.03		
73	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	19.03		
74	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	20.03		
75	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	22.03		
76	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	26.03		
77	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	27.03		
78	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	29.03		
79	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	2.04		
80	Командные действия в защите (личная,	1	3.04		

	смешанная системы защиты).				
81	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	5.04		
82	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	9.04		
83	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	10.04		
84	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	12.04		
85	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	16.04		
86	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	17.04		
87	Командные действия в защите (личная, смешанная системы защиты).	1	19.04		
88	Соревнование на победителя игра 1×1.	1	23.04		
89	Соревнование на победителя игра 1×1.	1	24.04		
90	Соревнование на победителя игра 1×1.	1	26.04		
91	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	3.05.		
92	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	7.05		
93	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	8.05		
94	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	10.05		
95	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	14.05		
96	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	15.05		
97	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	17.05		
98	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	21.05		
99	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	22.05		
100	Совершенствование техники владения Учебная игра.	1	24.05		
101	Совершенствование техники владения Учебная игра.	1	28.05		
102	Совершенствование техники владения Учебная игра.	1	29.05		
	Итого: 102 часа				

Промежуточная аттестация в форме игры.

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 6-8 классов**

№ п/п	Разделы, темы занятий	Кол-во часов	Дата	Коррекция	
				Кол-во часов	Дата
1	Обучение основной стойке баскетболиста. Основные правила игры. ИТБ.	1	4.09		
2	Обучение основной стойке баскетболиста. Основные правила игры. ИТБ.	1	5.09		
3	Обучение основной стойке баскетболиста. Основные правила игры. ИТБ.	1	7.09		
4	Обучение поворотам и перемещениям в защитной стойке.	1	11.09		
5	Обучение поворотам и перемещениям в защитной стойке.	1	12.09		
6	Обучение поворотам и перемещениям в защитной стойке.	1	14.09		
7	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди.	1	18.09		
8	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди.	1	19.09		
9	Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди.	1	21.09		
10	Закрепление техники перемещений в защитной стойке.	1	25.09		
11	Закрепление техники перемещений в защитной стойке.	1	26.09		
12	Закрепление техники перемещений в защитной стойке.	1	28.09		
13	Закрепление техники ловли и передаче мяча двумя руками от груди.	1	2.10		
14	Закрепление техники ловли и передаче мяча двумя руками от груди.	1	3.10		
15	Закрепление техники ловли и передаче мяча двумя руками от груди.	1	5.10		
16	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча (правой, левой). Обучение техники выполнения броска с места.	1	9.10		
17	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча (правой, левой). Обучение техники выполнения броска с места.	1	10.10		
18	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча (правой, левой). Обучение техники выполнения броска с места.	1	12.10		
19	Закрепление техники выполнения броска с места.	1	16.10		
20	Закрепление техники выполнения броска с места.	1	17.10		
21	Закрепление техники выполнения броска с места.	1	19.10		
22	Обучение передаче мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	1	23.10		
23	Обучение передаче мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	1	24.10		

24	Обучение передаче мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	1	26.10		
25	Обучение техники выполнения штрафного броска.	1	30.10		
26	Обучение техники выполнения штрафного броска.	1	2.11		
27	Обучение техники выполнения штрафного броска.	1	6.11		
28	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в парах).	1	7.11		
29	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в парах).	1	9.11		
30	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в парах).	1	13.11		
31	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в тройках).	1	14.11		
32	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в тройках).	1	16.11		
33	Закрепление ловли и передачи мяча в движении (в тройках).	1	20.11		
34	Обучение техники ведения мяча на месте.	1	21.11		
35	Обучение техники ведения мяча на месте.	1	23.11		
36	Обучение техники ведения мяча на месте.	1	27.11		
37	Обучение технике выполнения ведения мяча в движении.	1	28.11		
38	Обучение технике выполнения ведения мяча в движении.	1	4.12		
39	Обучение технике выполнения ведения мяча в движении.	1	5.12		
40	Обучение технике выполнения ведения мяча в движении.	1	7.12		
41	Обучение технике выполнения ведения мяча в движении.	1	11.12		
42	Обучение технике выполнения ведения мяча в движении.	1	12.12		
43	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	14.12		
44	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	18.12		
45	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	19.12		
46	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	21.12		
47	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	25.12		
48	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении.	1	26.12		
49	Обучение технике выполнения броска одной	1	28.12		



	рукой сверху в движении после передачи.				
50	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении после передачи.	1	15.01		
51	Обучение технике выполнения броска одной рукой сверху в движении после передачи.	1	16.01		
52	Закрепление техники выполнения штрафного броска. Прием нормативов по технической подготовке (штрафной бросок, броски с точек, обводка стоек).	1	18.01		
53	Закрепление техники выполнения штрафного броска. Прием нормативов по технической подготовке (штрафной бросок, броски с точек, обводка стоек).	1	22.01		
54	Закрепление техники выполнения штрафного броска. Прием нормативов по технической подготовке (штрафной бросок, броски с точек, обводка стоек).	1	23.01		
55	Обучение индивидуальным действиям в защите (против игрока - без мяча, с мячом).	1	25.01		
56	Обучение индивидуальным действиям в защите (против игрока - без мяча, с мячом).	1	29.01		
57	Обучение индивидуальным действиям в защите (против игрока - без мяча, с мячом).	1	30.01		
58	Закрепление индивидуальных действий в защите.	1	1.02		
59	Закрепление индивидуальных действий в защите.	1	5.02		
60	Закрепление индивидуальных действий в защите.	1	6.02		
61	Обучение индивидуальным действиям в нападении (игра 1x1). Учебная игра.	1	8.02		
62	Обучение индивидуальным действиям в нападении (игра 1x1). Учебная игра.	1	12.02		
63	Обучение индивидуальным действиям в нападении (игра 1x1). Учебная игра.	1	13.02		
64	Закрепление индивидуальных действий в нападении.	1	15.02		
65	Закрепление индивидуальных действий в нападении.	1	19.02		
66	Закрепление индивидуальных действий в нападении.	1	20.02		
67	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку с мячом»)	1	22.02		
68	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку с мячом»)	1	5.03		
69	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку с мячом»)	1	6.03		
70	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку с мячом»).	1	12.03		

71	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку с мячом»).	1	13.03		
72	Обучение взаимодействиям в нападении (взаимодействия двух игроков «заслон игроку с мячом»).	1	15.03		
73	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	19.03		
74	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	20.03		
75	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	22.03		
76	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	26.03		
77	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	27.03		
78	Обучение взаимодействиям в защите (подстраховка, борьба за отскок).	1	29.03		
79	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	2.04		
80	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	3.04		
81	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	5.04		
82	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	9.04		
83	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	10.04		
84	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	12.04		
85	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	16.04		
86	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	17.04		
87	Командные действия в защите (личная, зонная, смешанная системы защиты).	1	19.04		
88	Соревнование на победителя игра 1×1.	1	23.04		
89	Соревнование на победителя игра 1×1.	1	24.04		
90	Соревнование на победителя игра 1×1.	1	26.04		
91	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	3.05.		
92	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	7.05		
93	Обучение групповым взаимодействиям в	1	8.05		

	нападении. Реализация численного преимущества.				
94	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	10.05		
95	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	14.05		
96	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	15.05		
97	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	17.05		
98	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	21.05		
99	Обучение групповым взаимодействиям в нападении. Реализация численного преимущества.	1	22.05		
100	Совершенствование техники владения мячом. Учебная игра.	1	24.05		
101	Совершенствование техники владения мячом. Учебная игра.	1	28.05		
102	Совершенствование техники владения мячом. Учебная игра.	1	29.05		
	Итого: 102 часа				

Промежуточная аттестация в форме игры.

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ПРОГРАММЕ

### Основная и дополнительная литература

#### Основная литература:

1. Официальные правила по баскетболу ФИБА. - М., 2022. - 114 с.
2. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студентов пед. вузов по специальности 033100- Физ. культура/ под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова.-7-изд., стер.-М.: Академия, 2012.-520 с.
3. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учеб. для студентов пед. вузов по специальности 033100- Физ. культура/ под ред.: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова.-5-изд., стер.-М.: Академия, 2012.-400 с.
4. Витман, Д.Ю. Теория и методика обучения базовым видам спорта : спортивные игры (баскетбол) – краткосрочный курс занятий для детей : учебное пособие для вузов / Д.Ю. Витман, Ю.Н. Эртман . – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2023. – 88 с.

#### Дополнительная литература:

5. Кит И.С., Яхонтов Е.Р. Индивидуальные упражнения баскетболистов. -М., ФиС, 1981.
6. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами: Метод. пособие. - М.: изд-во НЦЭНАС, 2002. - 136 с.