

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АРАДАНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО на заседании Педагогического Совета от «26» августа 2024 года Протокол № 44		УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Араданская ОШ» Веселкова О.Г. Приказ № 64/2024 год от 26.08.2024 года.
---	--	---

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Баскетбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: базовый

Возраст учащихся: 11-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Коваленко Юлия Владимировна

Арадан

2024

## **РАЗДЕЛ I: КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ:**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный класс» разработана согласно **требованиям следующих** нормативных документов:

- Федеральный Закон № 273 от 29.12.2012 года «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерством Просвещения России от 3.09.2019 № 467.
- СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года.
- Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Устав образовательной организации.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"
- Концепцией УМК «Школа России».

Программа относится к физкультурно-спортивной направленности.

По уровню освоения программа имеет «базовый уровень», по времени реализации *годовая*.

По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности программа комплексная.

#### **Актуальность программы**

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). 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 сердечно-сосудистой 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.

### **Новизна программы**

Заключается в разработке и использовании на занятиях педагогом различных методов обучения (карточки, раздаточные материалы по технике выполнения двигательного действия), активизирующего у учащихся понятия о здоровом образе жизни, привитие к систематическим занятиям спортом.

### **Отличительные особенности программы**

Форма и виды занятий по программе способствуют формированию знаний умений и навыков в области вида спорта баскетбол. Для достижения результата проводятся практические контрольные тесты.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для работы с учащимися 5-9 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, для углубленного изучения раздела «Баскетбол» школьной программы.

Наполняемость групп 1 года обучения.

По уровню освоения программа имеет базовый уровень, по времени реализации годичная. В объединение принимаются все желающие учащиеся, увлеченные спортом, имеющие допуск к занятиям физической культурой и спортом, без предварительных испытаний.

### **Сроки реализации и объем программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения.

Полный объем программы: 36 учебных часов.

Форма организации учебной деятельности – групповая.

Групповые занятия: 1 раз в неделю по 1 часу.

## 1.2. Цель и задачи программы:

**Цель программы** - формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам.

**Задачи:**

### Образовательные:

- формировать знания и умения в области физической культуры и спорта.
- обучить технике и тактике двигательных действий.

### Воспитательные:

- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся.
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

### Развивающие:

- повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- совершенствовать навыки и умения игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма;

### Оздоровительные:

- укрепить физическое и психологическое здоровье.
- содействовать физическому развитию.
- повысить устойчивость организма к различным заболеваниям.

## 1.3. Содержание программы:

Таблица 1.

### Учебный план

№ п/п	Тематический блок Виды работ	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	2	1	1	тестирование
2.	Общая физическая подготовка	24	0	24	контрольные испытания
3.	Специальная физическая подготовка	10	0	10	соревновательная деятельность

<b>Итого часов</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>35</b>	
--------------------	-----------	----------	-----------	--

Таблица 2.

**Содержание учебного плана программы**

<b>Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности</b>	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Правила техники безопасности
<b>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек</b>	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)
<b>Освоение ловли и передач мяча</b>	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.
<b>Освоение техники ведения мяча</b>	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение без и сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой.
<b>Овладение техникой бросков мяча</b>	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием.
<b>Освоение индивидуальной техники защиты</b>	Вырывание и выбивание мяча, перехват мяча
<b>техника владения мячом и развитие координационных способностей</b>	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок
<b>техника перемещений, владения мячом и развитие координационных</b>	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

<b>способностей</b>	
<b>Освоение тактики игры</b>	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без и с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0) (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».
<b>Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей</b>	Игра по упрощённым правилам, игра по правилам мини-б/б. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
<b>Формы контроля</b>	Практические тесты.

#### 1.4. Планируемые результаты

В результате освоения программы дополнительного образования учащиеся будут

знать:

1. Историю возникновения и развития игры баскетбол в стране и в мире.
1. Олимпийские игры современности (Сочи – 2014).
2. правила техники безопасности.
3. оказание помощи при травмах и ушибах.
4. названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.
5. типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.
6. упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).
7. контрольные упр. (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.
8. основное содержание правил по баскетболу.
9. жесты судьи по баскетболу.
10. игровые упр., подвижные игры, эстафеты с элементами б/б.

уметь:

1. соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;
2. выполнять технические приемы и тактические действия;
3. контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;
4. играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
5. демонстрировать жесты судьи;

б. проводить судейство по баскетболу.

Демонстрировать:

1. Ведение мяча с изменением высоты отскока мяча скорости, направления движения,
2. в ловле и передачи мяча двумя руками от груди, одной от плеча, с отскоком от пола, на разные расстояния и точность;
3. броски мяча в корзину с разных дистанций, с места, в прыжке, в движении с двух шагов.

**Универсальными компетенциями учащихся являются:**

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

**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.

**Метапредметные результаты:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

**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.

### **Качества личности учащихся**

*Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий баскетболом:*

***сила воли*** - способность преодолевать значительные затруднения.

***трудолюбие, настойчивость, терпеливость*** – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

***выдержка и самообладание*** - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

***решительность*** – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

***мужество и смелость*** – это черты характера, выражающие моральную силу и волевою стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

***уверенность в своих силах*** – это качество, является основой бойцовского характера.

***дисциплинированность*** – это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

***самостоятельность и инициативность*** – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

***воля к победе*** - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

## РАЗДЕЛ II: КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебном графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3, приложение №3).

Начало образовательного процесса – 2 сентября

Окончание учебного года - 30 мая

Всего по программе - 36 часа

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) - 36 недель.

Режим работы: 1 раза в неделю по 1 часу.

Таблица 3.

### Календарный учебный график

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	<b>первый</b>	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу
ИТОГО			36	36	36

### 2.2. Формы аттестации (контроля) и оценочные материалы:

#### Формы аттестации:

- Опрос учащихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончанию курса обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.
- Привлечение учащихся к судейству соревнований школьного уровня.
- Контрольные игры с заданиями.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
- Результаты соревнований.

Таблица 4.

#### Оценочные материалы:

№	Тесты	результат
---	-------	-----------

		высокий		средний		низкий	
		М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	10	11	10,5	11,5	11	12
		8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3x10м с ведением мяча (сек).	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5	5	4	4	3	3
		5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		7	7	6	6	5	5
		8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3 м. и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	19	18	18	17	17	16
		20	19	19	18	18	17
		21	20	19	18	18	17

		22	20	20	19	19	19
--	--	----	----	----	----	----	----

### 2.3. Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы:

**Техническое оснащение:**

- Компьютер с выходом в Интернет.
- Мультимедийный проектор.
- Экран.

**Спортивный инвентарь:**

- Спортивный зал с баскетбольной разметкой.
- Уличная баскетбольная площадка.
- Волейбольные, баскетбольные, футбольные, набивные мячи.
- Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
- Баскетбольная форма, жилетки разного цвета.
- Гантели, скакалки, обручи, эспандеры, тренажеры
- Хорошо оборудованный школьный стадион.

**Дидактическое обеспечение:**

- Учебные пособия
- Плакаты
- Электронные носители с обучением игры в баскетбол

Таблица 5.

#### Методическое обеспечение программы:

Раздел	Форма занятия	Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса	Форма подведения итогов
--------	---------------	---	-------------------------

Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, изучение знаний по физической культуре. Учебники по физической культуре, баскетболу. Методические пособия по баскетболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Просмотр аудио и видео материала. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос учащихся.
Техническая подготовка.	Объяснение, демон-страция технического действия, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы.	Контрольные упражнения, соревнования, товарищеские встречи.
Тактическая подготовка.	Лекция, беседа, видео материала, участие в соревнованиях.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный методы.	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
Физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, фронтальный, круговой, повторный, попеременный, игровой методы.	Тесты и контрольные упражнения.

Контроль умений и навыков	Соревнования (шко-льные, районные) товарищеские встречи, судейство и организация соревнований.	Индивидуальный. Участие в соревнованиях и товарищеских встречах.	Обсуждение результатов соревнований.
---------------------------	--	--	--------------------------------------

**Кадровое обеспечение:** реализации дополнительной общеобразовательной программы

**Программу реализует:** Коваленко Ю.В.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «АРАДАНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
к дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе  
физкультурно-спортивной направленности  
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-16 лет  
Педагог, реализующий программу:  
Коваленко Ю.В.

Арадан  
2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

<p><b>Цель</b> рабочей программы на текущий учебный год:</p>	<p>формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам.</p>
<p><b>Задачи</b> программы:</p>	<p><b>Образовательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать знания и умения в области физической культуры и спорта.</li> <li>- обучить технике и тактике двигательных действий.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся.</li> <li>- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;</li> <li>- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;</li> <li>- совершенствовать навыки и умения игры;</li> <li>- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма;</li> </ul> <p><b>Оздоровительные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- укрепить физическое и психологическое здоровье.</li> <li>- содействовать физическому развитию.</li> <li>- повысить устойчивость организма к различным заболеваниям.</li> </ul>
<p><b>Условия</b> организации образовательного процесса</p>	<p>Количество учебных часов по программе - 36 часов.</p>

<b>Режим занятий</b>	1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность учебного часа 45 мин
<b>Ожидаемые результаты</b>	<p>В результате освоения программы дополнительного образования учащиеся будут <u>знать</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Историю возникновения и развития игры баскетбол в стране и в мире.</li> <li>• Олимпийские игры современности (Сочи – 2014).</li> <li>• правила техники безопасности.</li> <li>• оказание помощи при травмах и ушибах.</li> <li>• названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.</li> <li>• типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.</li> <li>• упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).</li> <li>• контрольные упр. (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.</li> <li>• основное содержание правил по баскетболу.</li> <li>• жесты судьи по баскетболу.</li> <li>• игровые упр., подвижные игры, эстафеты с элементами б/б.</li> </ul> <p><u>уметь</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;</li> <li>• выполнять технические приемы и тактические действия;</li> </ul>

- контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

#### Демонстрировать:

- Ведение мяча с изменением высоты отскока мяча скорости, направления движения,
- в ловле и передачи мяча двумя руками от груди, одной от плеча, с отскоком от пола, на разные расстояния и точность;
- броски мяча в корзину с разных дистанций, с места, в прыжке, в движении с двух шагов.

#### **Универсальными компетенциями учащихся являются:**

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

#### **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.

**Метапредметные результаты:**

– определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

– уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;

– организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;

– умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

– умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

**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.
<b>Формы аттестации</b>	<b>Контрольные испытание</b>

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	Т. б. на занятиях по баскетболу 1 Стойка игрока, перемещение шагом. 2 Ловля мяча.	1		
2	Терминология, правила игры 1 Передачи двумя руками от груди 2 Ведение мяча на месте и шагом.	1		
3	1 Перемещения в стойке, шагом и бегом 2 Передачи двумя руками от груди (в круге, квадрате) 3 Ведение мяча шагом и бегом	1		
4	1 Перемещения в стойке, шагом и бегом с изменением направления 2 Ловля и передача одной от плеча 3 Ведение мяча шагом и бегом с изменением высоты отскока	1		
5	1 Броски мяча в движении с двух шагов (выполненных шагом) 2 Основы знаний техники приема и передачи от груди, плеча	1		
6	1 Перемещения в ходьбе и беге с заданиями 2 Ловля и передача двумя от головы 3 Ведение мяча с изменением направления	1		
7	1 Игра по упрощенным правилам (мини-баскетбол)	1		
8	1 Остановка в два шага 2 Броски мяча в движении с двух шагов (слитно)	1		

9	1 Остановка в два шага (по сигналу) 2 Ловля и передача 3 Ведение с изменением скорости, направления, высоты 4 Броски мяча в движении с двух шагов (слитно)	1		
10	1 Броски мяча в движении одной от плеча, головы 2 Игры, игровые задания 2/1, 3/1 3 Учебно-двухсторонняя игра	1		
11	1 Остановка прыжком 2 Ловля и передача в движении со сменой мест 3 Ведение с сопротивлением (пассивным) 4 Броски мяча в движении с двух шагов с передачей и ловлей	1		
12	1 Повороты без мяча 2 Ловля и передача в движении со сменой мест (в два шага) 3 Ведение с сопротивлением 4 Броски мяча в движении с двух шагов (отдай и выйди)	1		
13	1 Повороты с мячом 2 Ловля и передача в движении со сменой мест (в два шага) 3 Ведение с сопротивлением 4 Броски мяча в движении с двух шагов (отдай и выйди)	1		
14	1 Вырывание, выбивание мяча 2 Броски с дистанции двумя от груди 3 Игры, игровые задания 3/2, 3/3 4 Учебно-двухсторонняя игра	1		

15	1 Повороты с мячом с передачей 2 Ловля и передача в движении с сопротивлением 3 Ведение финты 4 Броски мяча в движении с сопротивлением	1		
16	1 Перехват мяча 2 Броски с дистанции одной от плеча, двумя от головы 3 Учебная игра, тактика свободного нападения	1		
17	1 Перехват мяча (с броском в два шага) 2 Броски с дистанции в прыжке 3 Учебная игра, тактика позиционное нападение	1		
18	1 Комбинации упр. техники передвижений 2 Комбинации упр. ловли, передачи, ведения, броска с двух шагов	1		
19	1 Броски с дистанции в прыжке с сопротивлением 2 Учебная игра, тактика: нападение быстрым прорывом (1/0, 2/1)	1		
20	1 Игры, эстафеты с ведением, передачей, ловлей, бросками мяча	1		
21	1 Штрафной бросок двумя от груди 2 Учебно-двухсторонняя игра, тактика: личная защита	1		
22	1 Штрафной бросок одной от плеча 2 Учебная игра, тактика: игровые взаимодействия	1		
23	1 Игры, эстафеты 2 Штрафной бросок двумя от головы 3 Тактика: нападение быстрым прорывом 1/0, 2/1, 3/2	1		
24	1 Борьба за мяч отскочившего от щита. 2 учебно-двухсторонняя игра организаторские умения	1		
25	1 Игры, эстафеты	1		

	2 Добивание мяча в корзину			
26	1 Круговая тренировка 2 Тактика: взаимодействие двух игроков «отдай и выйди»	1		
27	1 Комбинации упр. технических приемов 2 Организаторские умения, проведение п/и, учебная игра	1		
28	1 Комбинации упр. технических приемов 2 Взаимодействие через заслон	1		
29	1 Комбинации упр. технических приемов 2 Умения, помощь в судействе, учебная игра	1		
30	1 Комбинации упр. в играх эстафетах 2 Взаимодействие трех игроков, тройка и малая восьмерка	1		
31	1 Совершенствование технических приемов (ведения, передачи, ловли, броска мяча) 2 Учебно-двухсторонняя игра	1		
32	1 Комбинации упр. в играх эстафетах 2 Взаимодействие игроков учебно-двухсторонней игре	1		
33	1 Комбинации упр. в играх эстафетах 2 Взаимодействие игроков через заслон в учебной игре	1		
34	Организация и проведение соревнований по баскетболу в летнее время	1		
35	Остановки. Повороты. Теория. Техника защиты	1		
36	Техническая подготовка. Учебная игра	1		

### **РАЗДЕЛ III: СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.**

- «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.
- журналы «Физкультура в школе».
- «Игры в тренировке баскетболистов» Санкт-Петербург 2009 г.
- комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классы. В.И. Лях А. А. Зданевич М. Просвещение, 2010г.
- примерная рабочая программа по физической культуре В. И. Лях М. Просвещение, 2011г.
- программы «Организация работы спортивных секций в школе» А. Н. Каинов 2014г.
- «300 соревновательно – игровых заданий по физическому воспитанию» И.А. Гуревич, Минск 2004 год.