

**бюджетное общеобразовательное учреждение Сокольского муниципального округа
«Средняя общеобразовательная школа №3».**

<p><i>Согласовано на педагогическом совете Протокол № 1 от 29.08.2024 г.</i></p>		<p align="right"><i>Утверждено Приказ № 120 от 29.08. 2024 г.</i></p> <p align="right"><i>Директор БОУ СМО «СОШ № 3» С.А. Хвалина</i></p> 
--	--	---

**Рабочая программа внеурочной деятельности ФГОС СОО «Баскетбол»,
составленная на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся 10-11 классов образовательных учреждений»
под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича (2010г.)**

**Возраст: 15-16лет
Срок реализации: 1 год
Автор: Гусева Г.С..**

2024-2025 учебный год

I. Пояснительная записка

Введение в образовательную организацию Федерального государственного стандарта среднего общего образования определило необходимость разработки программы курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Баскетбол» как составной части основной образовательной программы лицея. Решение проблемы внеурочной деятельности становится наиболее актуальным в связи с новым взглядом на образовательные результаты. Если предметные результаты достигаются в процессе освоения школьных дисциплин, то в достижении метапредметных, а особенно личностных результатов – ценностей, ориентиров, потребностей, интересов обучающихся. Основная идея программы курса заключается в формировании мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, социализации и профессиональной ориентации.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» предназначена для обучающихся 10-11 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Данная программа направлена на сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в **основу положен системно - деятельностный подход.**

Нормативно-правовой и документальной базой программы курса внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

- Федеральный закон РФ № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (Электронный ресурс) - <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=4263>- Фундаментальное ядро содержания общего образования., 2011-г.
- Приказ Министерства образования и науки от 06.10.2009 г. №37 «Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 № 1897 «Об утверждении ФГОС ООО».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного среднего (полного) общего образования», приказ Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 г. № 1645 “О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
- Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа, 2011г.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

Цели и задачи программы

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей цели: формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения; развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья; формирование экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни; формирование компетенций обучающихся в области учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Цель конкретизирована следующими задачами:

пропагандировать здоровый образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
развивать популяризацию баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
совершенствовать выполнение технико-тактические действия, физические упражнения и технические приемы в условиях соревновательной деятельности;

развивать владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельностью;

развивать способность к поиску методов и самостоятельному решению лично и социально значимых практических задач;

развивать физические способности(силовые, скоростные; скоростно-силовые, координационные, выносливости, гибкости);

повышать эффективности усвоения обучающихся теоретических знаний;

подготовку к осознанному выбору дальнейшего образования и профессиональной деятельности;

подготовить к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

воспитывать моральных и волевых качеств.

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником организаций, осуществляющая образовательную деятельность целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательных отношений предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Формы проведения занятий

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.

Курс внеурочная деятельность организуется для закрепления и практического использования игры «Баскетбол» так и по направлениям развития личности в таких формах, как научно-практические конференции, школьные научные общества, олимпиады, поисковые и научные исследования, организация и проведение соревнований обучающимися 10-11 класс. Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы

исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

II. Планируемые результаты

Основная образовательная программа организаций, осуществляющих образовательную деятельность предусматривает достижение следующих результатов образования: **личностные результаты** - готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в поликультурном социуме; **метапредметные результаты** - освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; **предметные результаты** - освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами.

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

Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить; навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений; принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь; осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно. Проговаривать последовательность действий. Умение 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. Умение 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. Умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы курса внеурочной деятельности:

Осознание обучающимися понимания роли курса внеурочной деятельности «Баскетбол» как активного способа собственной жизнедеятельности, как средства укрепления и сохранения своего здоровья, являющегося главной ценностью не только личности, но и всего общества; За счет расширения технико-тактической подготовки и совершенствования техники соревнований по баскетболу, обучающиеся начнут активно включаться в массовые спортивные соревнования и мероприятия, являться популяризаторами и носителями здорового образа жизни. Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Требования к уровню подготовки

Выпускник научится:

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

Выпускник получит возможность научиться:

характеризовать целевое предназначение различных оздоровительных мероприятий в режиме трудовой деятельности, сеансов релаксации, самомассажа и банных процедур, активно использовать их в целях профилактики умственного и физического перенапряжения, повышения функциональной активности основных психических процессов; проводить реабилитационные мероприятия после травм и повреждений.

Выпускник научится:

осуществлять совместную деятельность в организации и проведении массовых спортивных соревнований по баскетболу, спортивно-оздоровительных мероприятий, занятий физическими упражнениями по баскетболу; определять функциональную направленность

упражнений по физической подготовке, владеть технологиями по их использованию в индивидуальных занятиях с учетом показателей здоровья, интересов и потребностей в повышении физической дееспособности организма, формировании телосложения и регулировании массы тела; планировать содержание и направленность процесса самостоятельного освоения техники двигательных действий в баскетболе, проводить ее анализ и коррекцию в соответствии с имеющимися образцами; тестировать индивидуальное состояние здоровья и физическую работоспособность, анализировать и оценивать динамику их показателей в режиме учебной деятельности.

Выпускник получит возможность научиться пользоваться принципами спортивной тренировки, планировать и регулировать режимы физических нагрузок в системе целенаправленных занятий спортивной подготовкой, определять эффективность их влияния на рост функциональных возможностей основных систем организма.

Выпускник научится:

выполнять упражнения для профилактики утомления и перенапряжения организма, предупреждения заболеваний, присущих массовым профессиям; выполнять технико-тактические действия, физические упражнения и технические приемы баскетбола в условиях соревновательной деятельности;

Выпускник получит возможность научиться выполнять упражнения физической подготовки, ориентированные на повышение спортивного результата в избранном виде спорта.

Содержание курса

Основы знаний

Правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей. Проектно-исследовательская деятельность по темам: влияние баскетбола на здоровье детей, подвижная игра баскетбол, как средство ЗОЖ и др.

Способы физкультурной деятельности

Передвижения и остановки без мяча. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений. Остановки: двумя шагами, прыжком. Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Ловля мяча. Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке). Передача мяча. Передача мяча двумя руками на месте и в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Передача мяча двумя руками сверху. Передача мяча одной рукой снизу вперед. Передача мяча одной рукой снизу назад. Передача мяча одной рукой из-за спины. Ведение мяча. Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий. Броски мяча. Броски мяча с места. Бросок двумя руками от груди с места, одной рукой от плеч с места. Броски мяча в движении. Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения. Броски мяча в кольцо. Бросок одной рукой сверху в прыжке, штрафной бросок. Отбор мяча. Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении, Вырывание мяча из рук соперника, Накрывание мяча при броске. Отвлекающие приемы (финты). Финты без мяча. Финты с мячом. Тактика игры. Индивидуальные действия в нападении и защите – это самостоятельные тактические действия игрока, необходимые для успешного и целесообразного ведения игры. Они подразделяются на индивидуальные действия в нападении и в

защите с мячом и без мяча. К индивидуальным действиям в нападении и в защите без мяча относится отрыв от опекающего защитника, выбор позиции для получения мяча, «держание» игрока с мячом и без мяча (личная опека). К индивидуальным действиям игрока с мячом относится эффективное и рациональное применение в игре техники владения мячом (передача, ловля, ведение), а также овладение им (перехваты, выбивание, вырывание). Подвижные игры и эстафеты. Игры и перемещения игроков. «Спиной к финишу», «бег с кувырками», эстафета «челночный бег с переносом кубиков». Игры с передачами мяча. Игровое задание «художник», «мяч над головой», «обстрел чужого поля», «не урони мяч», «передачи в движении», «свеча», «поймай и передай», «вызов номеров». Эстафета с передачей баскетбольного мяча. Эстафета «передал – садись», игра «выбивалы», эстафета «забрось мяч в кольцо», «охотники и утки», «живая корзина», «часовые и разведчики», «играй, играй мяч не теряй», «10 передач», «обгони мяч», «за мячом», «ловец с мячом», «пять бросков». «мяч капитану».

Физическое совершенство

Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение. Значение спортивных соревнований для популяризации вида спорта. Спортивные соревнования как важнейшее средство роста спортивного мастерства. Положение о проведении соревнований по баскетболу на первенство города, лица. Ознакомление с командным планом соревнований, с положением о соревнованиях. Правила соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.

III. Тематическое планирование

№	Элементы содержания	Кол-во часов	Требования к уровню подготовленности обучающихся
1	Инструктаж по ТБ. Нарушения правил игры в баскетболе. Разновидности передач, ведения мяча. ОРУ с мячом. Учебная игра в баскетбол.	1	Предметные: знать историю пионербола и применять правила в игровых условиях. Регулятивные: демонстрировать технику ведения мяча со зрительным и без зрительного контроля. Коммуникативные: взаимодействовать в игровых условиях.
2	Бег 10-15 мин. Прыжковые упражнения через скамейку. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение и передачи мяча в парах, тройках в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Учебная игра.	1	Предметные: уметь выполнять технические приемы. Применять перемещения игрока в зависимости от ситуации. Коммуникативные: взаимодействовать в процессе игры.

3	<i>Классификация фолов в баскетболе. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после двух шагов. Штрафной бросок (техника). Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: уметь выполнять технические приемы. Коммуникативные: взаимодействовать в процессе игры.</i>
4	<i>Разминочный бег со скоростно-силовыми упражнениями. ОФП с набивными мячами. Ведение мяча правой и левой рукой в движении, с обводкой. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: знать классификацию технических приемов в баскетболе и историю развития баскетбола; демонстрировать технику ведения и бросков мяча. Коммуникативные: взаимодействовать в парах, в группах.</i>
5	<i>Повторение техники перемещений, остановок и поворотов. Комбинация технических элементов (техника и скорость). Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: демонстрировать технику ведения мяча с изменением условий выполнения. Регулятивные: проявлять меткость. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации.</i>
6	<i>Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: демонстрировать ведение мяча, перемещения игрока. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации.</i>
7	<i>Тактика игры в нападении. Виды подборов мяча в баскетболе. Подбор мяча в нападении, подбор мяча в защите. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: демонстрировать ведение мяча, перемещения игрока. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации. Регулятивные: учитывать нарушения в процессе игры.</i>
8	<i>Виды перехватов мяча. Перехват мяча при броске и передаче. Упражнения в парах, тройках. Учебная игра в баскетбол. Комплекс ОФП у гимнастической стенки.</i>	1	<i>Предметные: демонстрировать технику броска. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации. Регулятивные: учитывать нарушения в процессе игры.</i>
9	<i>Жесты судьи в баскетболе. Бег с рывками повторно. ОРУ с набивными мячами. Перехват, вырывание, выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол.</i>	1	<i>Предметные: знать основные правила игры в баскетболе. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации.</i>
10	<i>Бег. Прыжковые упражнения через скамейку. СБУ. Силовые для мышц плечевого пояса. Учебная игра.</i>	1	<i>Коммуникативные: взаимодействовать в группах. Предметные: знать и применять тактические действия в процессе игры.</i>
11	<i>Временные правила игры в баскетбол. Скоростно-силовые упражнения: передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20-30 секунд, ведение, два шага и бросок в кольцо с отскоком от щита из 10 попыток, штрафной бросок из 10 попыток, броски в кольцо с 10 точек обозначенных на «трех» секундной линии, челночный бег с ведением мяча в сек. Учебная игра.</i>	1	<i>Коммуникативные: взаимодействовать в группах. Регулятивные: знать и применять тактические действия в процессе игры.</i>

12	<i>Бег. ОРУ. Челночный бег 3×10 м (мониторинг). Игровые задания: 10 штрафных, 10 передач, передачи за 1 мин. Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная игра.</i>	1	<i>Коммуникативные: взаимодействовать в парах и в игровой ситуации.</i>
13	<i>Индивидуальные действия, выход на свободное место с целью атаки и получения мяча. Выбор способа ловли мяча. Применение изученных приемов техники нападения в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра.</i>	1	<i>Коммуникативные: взаимодействовать в парах. Предметные: применять заслон в игровых условиях.</i>
14	<i>Взаимодействие двух игроков - "передай мяч - выходи" Взаимодействие трех игроков - "треугольник". Взаимодействие двух нападающих против одного защитника "2-1". Взаимодействие двух нападающих против трех защитников, "тройка", скрестный выход. Учебная игра.</i>	1	<i>Коммуникативные: взаимодействовать в парах. Предметные: применять заслон в игровых условиях.</i>
15	<i>Скоростно-силовая разминка. Малая восьмерка, пересечение, наведение, большая восьмерка. Нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять изученные технические приемы в игровых условиях.</i>
16	<i>Нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника. Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять изученные технические приемы в игровых условиях.</i>
17	<i>Разминочный бег. Наклон вперед (мониторинг). Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять изученные технические приемы в игровых условиях.</i>
18	<i>Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Скоростные передачи и ведение мяча. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять изученные технические приемы в игровых условиях.</i>
19	<i>Разминочный бег 15 мин. Упражнения с мячом. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять изученные технические приемы в игровых условиях.</i>
20	<i>Обманные действия, передача мяча скрытые (назад, вправо, влево). Передача мяча одной рукой из -за спины. Действия защитника в обороне, в нападении. Подтягивание на перекладине (мониторинг). Учебная игра.</i>	1	<i>Метапредметные: демонстрировать скоростно-силовые качества. Коммуникативные: взаимодействовать в игровых условиях.</i>
21	<i>Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости. Учебная игра.</i>	1	<i>Метапредметные: демонстрировать физические качества (выносливость, сила). Коммуникативные: взаимодействовать в игровых условиях.</i>

22	<i>Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: демонстрировать скоростные качества на максимальный результат. Коммуникативные: взаимодействовать в игре.</i>
23	<i>Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. Ускорение из различных исходных положений. Кросс 1000 м. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: демонстрировать скоростные качества. Коммуникативные: взаимодействовать в игровых условиях.</i>
24	<i>Взаимодействие двух игроков - "передай мяч - выходи" Взаимодействие трех игроков - "треугольник". Взаимодействие двух нападающих против одного защитника "2-1". Взаимодействие двух нападающих против трех защитников. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять перемещения игрока, демонстрировать передачи и броски мяча. Коммуникативные: взаимодействовать в игровых условиях.</i>
25	<i>Бег. ОРУ. 6-минутный бег (мониторинг). Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять технику перемещений и бросков в процессе игры.</i>
26	<i>"Тройка", скрестный выход, малая восьмерка, пересечение, наведение, большая восьмерка. Нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами. Скоростно-силовые упражнения с мячом и без мяча. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять технику перемещений, передач и бросков в процессе игры.</i>
27	<i>"Тройка", скрестный выход, малая восьмерка, пересечение, наведение, большая восьмерка. Нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами. Скоростно-силовые упражнения с мячом и без мяча. Учебная игра.</i>	1	<i>Применять технику перемещений, передач, ведения и бросков в процессе игры.</i>
28	<i>Ведение мяча с изменением направления в баскетболе. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра.</i>	1	<i>Применять технику перемещений, передач, ведения и бросков в процессе игры.</i>
29	<i>Организация командных действий по принципу выхода на свободное место. Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника. Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применять правила игры. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации.</i>
30	<i>Индивидуальные действия по умению выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча. Выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения</i>	1	<i>Предметные: применение технических приемов в меняющихся условиях. Коммуникативные: взаимодействие в процессе игры.</i>

	<i>мяча. Учебная игра.</i>		
31	<i>Повторение технико-тактических действий. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применение технических и тактических приемов в меняющихся условиях. Коммуникативные: взаимодействие в процессе игры.</i>
32	<i>Судейство соревнований по баскетболу. Фолы в баскетболе. Учебная игра.</i>	1	<i>Предметные: применение технических приемов в меняющихся условиях. Коммуникативные: взаимодействие в процессе игры.</i>
33	<i>Прием контрольных нормативов по ОФП. Учебная игра.</i>	1	<i>Регулятивные: демонстрировать максимальные результаты по контрольным нормативам. Коммуникативные: взаимодействовать в игровой ситуации.</i>
34	<i>Совершенствование изученных технических приемов в спортивных играх. Соревнования по баскетболу. Подведение итогов занятий спортивными играми.</i>	1	<i>Предметные: применение изученных приемов и правил в игровой ситуации.</i>
Итого: 34 часа			

Распределение учебного времени прохождения программного материала

№ п\п	Вид программного материала	Кол-во часов
1	Основы знаний	В процессе занятий
2	Техническая подготовка	14
2.1	<i>Перемещения игрока</i>	4
2.2	<i>Владение мячом</i>	6
2.3	<i>Технические действия в нападении и в защите</i>	4
3	Тактическая подготовка	8
3.1	<i>Тактические действия в защите и в нападении</i>	4
3.2	<i>Взаимодействие 2, 3 игроков</i>	4
4	Общая физическая подготовка	1
4.1	<i>Выносливость</i>	2

4.2	<i>Скоростно-силовые качества</i>	3
4.3	<i>Силовые качества</i>	<i>В процессе занятий</i>
4.4	<i>Координационные способности</i>	<i>В процессе занятий</i>
5	<i>Контрольные нормативы</i>	<i>В процессе учебной деятельности</i>
<i>Итого: 34 часа</i>		

Материально-техническое обеспечение занятий

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

- Помещение спортзала (баскетбольная площадка);
- Баскетбольные мячи – 20 шт;
- Баскетбольный щит – 6 шт;
- Набивные мячи – 10 шт;
- Скакалки – 20 шт;
- Стойки – 6 шт;
- Волейбольные мячи-10 шт.

Список литературы

- «Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие/ Д.И. Нестеровский, М., ИЦ «Академия», 2007»
- «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д. Железняк, И.А. Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва, 1984
- «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон, В.И. Лях-М.: Просвещение, 2001
- «Физическая культура», В.П. Богословский, Ю.Д. Железняк, Н.П. Клусов-М.: Просвещение, 1998.
- «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: Пособие для учителя/ В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Ю.А. Копылов. - М.: Просвещение, 1997, Настольная книга учителя физической культуры» Г.И. Погадаев ФиС, 2000
- «Физическая культура » Н.В. Решетников Ю.Л. Кислицын Р.Л. Палтикевич Г.И. Погадаев ИЦ «Академия», 2008
- Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
- В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.