

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана на основе типовой программы для внешкольных учреждений и образовательных школ И.А. Водяниковой, под редакцией С.М. Зверева, и примерной программы по баскетболу для детско-юношеских школ, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом. Данная программа обеспечивает достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы. Дополнительная общеразвивающая программа спортивно-оздоровительной направленности рассчитана на один учебный год, 204 часа в год, количество занятий в неделю – три, длительностью 2 учебных часа, количество занимающихся 15 человек.

В программе прослеживается углубленное изучение данного вида спорта с расширенным применением специальных упражнений на развитии координационных способностей, овладением техникой двигательных действий и тактическими приемами по данной специализации. Заниматься в секции могут обучающиеся 11-13 лет, имеющие способности, базовые знания и желание совершенствовать свои умения и навыки в игре баскетбол, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. В процессе освоения данной программы формируется целостная личность обучающихся в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Актуальность программы обусловлена тем, что у обучающихся появляется потребность в личном физическом совершенствовании через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

Цель программы – приобщение обучающихся к здоровому образу жизни посредством игры в баскетбол, углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

Изучение программы направлено на достижение следующих задач:

Обучающие:

- обучить правилам поведения на спортивных площадках во время тренировок и соревнований;
- обучить правилам и приемам игры в баскетбол;
- обучить технике индивидуальных и командных действий;
- обучить тактике индивидуальных и командных действий;
- обучить правилам судейства;
- обучить правильному психологическому настрою к соревнованиям.

Развивающие:

- развивать соревновательные качества;
- развивать чувства взаимопомощи, товарищества, партнерства;
- развивать чувства уважения к соперникам, тактичности.
- развивать боковое зрение для точной передачи мяча и защиты.

Воспитательные:

- приобщение детей к занятию физической культурой и спортом;
- воспитание навыков соревновательной деятельности по баскетболу;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Формирование опыта:

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Форма организации занятий: спортивная секция.

Методы обучения: практический, словесный, наглядного восприятия.

Основной вид деятельности: спортивно-оздоровительный

Формы контроля: соревнования, участие в школьных, межшкольных, районных соревнованиях, прохождение КПИ.

Результаты освоения программы

Личностные результаты освоения программы:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к

Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

Метапредметные результаты освоения программы:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Требования к знаниям и умениям обучающихся:

- иметь элементарные знания по анатомии человека;

- знать гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями:

- уметь подсчитывать пульс, регулировать и контролировать физические нагрузки во время занятий физическими упражнениями;

- соблюдать технику безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке во время игры в баскетбол;

- знать правила игры в баскетбол;

- выполнять приемы тактических действий защиты и нападения, владения мячом, применять индивидуальные, групповые и командные действия в игре в баскетбол.

Содержание программы.

- Развитие интереса к спортивной жизни в России и других странах мира.
- Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии памяти, внимания и мышления.
- Воспитание чувства ответственности за команду.
- Воспитание чувства ответственности за команду.
- Соблюдение правил поведения на игровой площадке с целью исключения травм.
- Воспитание добросовестного отношения к товарищам по команде.
- Воспитание волевых, нравственных качеств, уважительного отношения к сопернику по игре.
- ОФП.
- Подвижные игры.
- Развитие координационных способностей.
- Развитие координационных и двигательных способностей.
- Проверка физической подготовленности обучающихся
- Умение настраиваться на игру.
- Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок.
- Развитие ловкости.
- Развитие выносливости.
- Развитие точности броска мяча.
- Применение методики выполнения специальных упражнений для развития физических качеств.
- Методика проведения спортивной тренировки баскетболистов.
- Проверка физической подготовленности обучающихся.
- Стойка и передвижения игрока.
- Остановка прыжком.
- Вырывание и выбивание мяча.
- Повороты с мячом.
- Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.
- Передачи мяча одной рукой от плеча вместе с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча в движении с низкой высотой отскока.
- Бросок мяча в движении двумя руками от головы.
- Сочетание изученных приемов игры в баскетбол.
- Ловля мяча в движении.
- Совершенствование перемещений и остановок игрока.
- Ведение мяча с сопротивлением.
- Передача мяча в движении различными способами со сменой места.
- Ловля и передача мяча в треугольниках.
- Совершенствование перемещений и остановок игрока.
- Бросок мяча в движении двумя руками от себя со сменой места.
- Бросок мяча одной рукой от плеча.
- Бросок мяча одной рукой сверху.
- Совершенствование перемещений и остановок игрока.
- Совершенствование перемещений и остановок с целью анализа ситуации на игровой площадке и выбора свободного места для проведения наступательных и защитных действий.
- Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуацией.
- Совершенствование способов передачи мяча в зависимости от расстояния.
- Передача мяча в движении различными способами со сменой места и с сопротивлением.
- Совершенствование техники выполнения стойки защитника.
- Совершенствование изученных приемов нападения и защиты.
- Совершенствование приемов противодействия нападающему без мяча.

№	Содержание программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Теоретическая подготовка	19	19	
2	Общая и специальная физическая подготовка (ОФП, СПФ)	30		30
3	Технико-тактическая подготовка	123		123
4	Соревновательная деятельность (по плану спортивно-массовых мероприятий)	6		6
5	Контрольно-пропускные испытания (КПИ)	4		4
6	Учебные игры	22		22
	Итого	204	19	185

Тематическое планирование занятий по баскетболу

№	Тема занятий	Кол-во часов	Формы организации занятий	Виды деятельности
1	Физическая культура и спорт в России. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Уметь использовать различные информационные источники, в том числе интернет для поиска необходимых материалов по изучаемой теме Развитие интереса к спортивной жизни в России и других странах мира.
2	Состояние и развитие баскетбола в мире. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Уметь использовать различные информационные источники, в том числе интернет для поиска необходимых материалов по изучаемой теме. Развитие интереса к спортивной жизни в России и других странах мира. ОФП. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.
3	Техника передвижения при нападении	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять передвижения по игровой площадке при нападении. Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком. Развитие координационных качеств.
4	Техника передвижения при нападении	2	Групповая, обучающая	Уметь выполнять передвижения по игровой площадке при нападении. Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком. Развитие координационных качеств
5	Чемпионаты мира и Европы. Тактика нападения	2	Групповая, теоретическая	Уметь использовать различные информационные источники, в том числе интернет для поиска необходимых материалов по изучаемой теме. Уметь владеть мячом при нападении. Развитие интереса к спортивной жизни в странах мира. Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча.

				Повороты с мячом. Остановка прыжком.
6	Индивидуальные действия без мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь оценивать ситуацию на игровой площадке, находить свободное место для получения передачи и начала атаки. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.
7	Контрольные испытания	2	Групповая, контрольная	Уметь выполнять нормативные требования Проверка физической подготовленности обучающихся
8	Ведущие баскетболисты мира Учебная игра	2	Групповая, теоретическая	Уметь использовать различные информационные источники, в том числе интернет для поиска необходимых материалов по изучаемой теме Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
9	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения для развития координационных способностей ОФП. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.
10	Техника передвижения приставными шагами	2	Групповая, тренировочная	Уметь передвигаться по игровой площадке, делать повороты с мячом, сочетать приемы передвижений и остановок игрока. Развитие координационных и двигательных способностей.
11	Индивидуальные действия при нападении с мячом	2	Групповая, тренировочная	Уметь оценивать ситуацию на игровой площадке, находить правильные решения для нападения Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча вместе с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча в движении с низкой высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы.
12	Индивидуальные действия при нападении	2	Групповая, тренировочная	Уметь оценивать ситуацию на игровой площадке, находить правильные решения для нападения Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча вместе с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча в движении с низкой высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы.
13	Учебная игра	2	Групповая,	Уметь применять изученные приемы в

			игровая	игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
14	Единая спортивная квалификация. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Выполнять (в сотрудничестве с учителем) упражнения для развития координационных способностей ОФП. Игра «Обгони мяч». Развитие координационных способностей.
15	Прыжки толчком с двух ног	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять прыжки толчком с двух ног Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии памяти, внимания и мышления
16	Специальная физическая подготовка	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие координационных способностей.
17	Выбор способа ловли в зависимости от направления силы полета мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь ловить мяч, выбирать способ ловли мяча в зависимости от ситуации на игровой площадке Ловля мяча в движении. Развитие координационных способностей.
18	Выбор способа ловли в зависимости от направления силы полета мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь ловить мяч, выбирать способ ловли мяча в зависимости от ситуации на игровой площадке Ловля мяча в движении. Развитие координационных способностей.
19	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи»	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять передачу и прием мяча. Воспитание чувства ответственности за команду
20	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
21	Личная и общественная гигиена. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Выполнять (в сотрудничестве с учителем) упражнения для развития координационных способностей ОФП. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.
22	Передача мяча двумя руками от груди	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в

				движении различными способами со сменой места.
23	СФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие ловкости.
24	Взаимодействие трех игроков «треугольник»	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактические действия во взаимодействии с игроками Ловля и передача мяча в треугольниках.
25	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения, необходимые для развития физических качеств баскетболиста. Применение методики выполнения специальных упражнений для развития физических качеств
26	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
27	Закаливание организма спортсмена. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Выполнять (в сотрудничестве с учителем) упражнения для развития координационных способностей ОФП. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.
28	Бросок мяча двумя руками от груди	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре Совершенствование перемещений и остановок игрока. Бросок мяча в движении двумя руками от себя со сменой места.
29	СФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие выносливости.
30	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием полученных групповых взаимодействий	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре Совершенствование перемещений и остановок с целью анализа ситуации на игровой площадке и выбора свободного места для проведения наступательных и защитных действий
31	Организация командных	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре

	действий по принципу выбора свободного места с использованием полученных групповых взаимодействий			Совершенствование перемещений и остановок с целью анализа ситуации на игровой площадке и выбора свободного места для проведения наступательных и защитных действий
32	Применение изученных способов ловли, передачи, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
33	Применение изученных способов ловли, передачи, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	2	Групповая, закрепляющая	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
34	Чередование изученных тактических приемов и их способов в различных сочетаниях	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
35	Чередование изученных тактических приемов и их способов в различных сочетаниях	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
36	Контрольные испытания	2	Групповая, контрольная	Уметь выполнять нормативные требования Проверка физической подготовленности обучающихся
37	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок

38	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Уметь координировать свои физические способности, измерять пульс, оказывать первую помощь. Выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей.
39	Ловля двумя руками «низкого» мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять приемы ловли мяча Развитие координационных способностей.
40	СФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие точности броска мяча.
41	Применение изученных способов ловли, передачи, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	2	Групповая, закрепляющая	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
42	Применение изученных способов ловли, передачи, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
43	Командные действия в нападении	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять передачу и прием мяча. Воспитание чувства ответственности за команду
44	Многократное выполнение технических приемов	2	Групповая, закрепляющая	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
45	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким	2	Групповая, теоретическая	Уметь координировать свои физические способности, измерять пульс, оказывать первую помощь. Выполнять упражнения общей физической подготовки Развитие координационных способностей.

	отскоком			
46	Ведение мяча с высоким и низким отскоком	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять ведение мяча с высоким и низким отскоком Ведение мяча.. Развитие координационных способностей.
47	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Кузнечики». Развитие координационных способностей.
48	Ведение мяча с изменением скорости передвижения	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять ведение мяча в зависимости от скорости передвижения Ведение мяча.. Развитие координационно-скоростных способностей.
49	Выбор места по отношению к нападающему с мячом	2	Групповая, тренировочная	Уметь оценивать ситуацию на игровой площадке, находить правильные решения для защиты и нападения Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.
50	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
51	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь находить правильные решения для получения мяча Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок
52	СФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие координационных способностей.
53	Травматизм и заболеваемость в процессе занятия спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях	2	Групповая, теоретическая	Уметь оказывать необходимую помощь при травмах и несчастных случаях Соблюдение правил поведения на игровой площадке с целью исключения травм
54	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей.
55	Бросок мяча	2	Групповая,	Уметь выполнять бросок мяча одной

	одной рукой от плеча		тренировочная	рукой от плеча Совершенствование броска мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча.
56	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять передачи мяча с учетом расстояния Совершенствование способов передачи мяча в зависимости от расстояния
57	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
58	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Паровозики». Развитие координационных способностей.
59	Совершенствование техники передачи мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре, включая передачи мяча Передача мяча в движении различными способами со сменой места с сопротивлением.
60	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять стойки защитника Совершенствование техники выполнения стойки защитника
61	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять изученные приемы в защите. Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие скоростно-силовых качеств.
62	Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре, включая передачи мяча Методика проведения спортивной тренировки баскетболистов.
63	Применение изученных защитных стоек и передвижений	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации

	в зависимости от действий и расположения нападающих			
64	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
65	Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь действовать как в защите, так и в нападении Воспитание добросовестного отношения к товарищам по команде
66	Методы спортивной тренировки. ОФП	2	Групповая, теоретическая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Наступление». Развитие координационных способностей.
67	Совершенствование техники броска мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски мяча с разных позиций в зависимости от ситуации Совершенствование бросков мяча с места и в движении
68	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
69	Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы защиты и нападения Совершенствование изученных приемов нападения и защиты
70	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП	2	Групповая, теоретическая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Воспитание волевых, нравственных качеств, уважительного отношения к сопернику по игре
71	Ведение мяча с переводом на другую руку	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять ведение мяча с переводом на другую руку Ведение мяча.. Развитие

				координационных способностей.
72	Контрольные испытания. Учебная игра	2	Групповая, контрольная	Уметь выполнять нормативные требования Уметь применять изученные приемы в игре Проверка физической подготовленности обучающихся. Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
73	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактические и технические приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов противодействия нападающему без мяча
74	Чередование упражнений на развитие спортивных качеств применительно к изучению технических приемов	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
75	Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять ведение мяча с изменением высоты отскока Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей.
76	Физическая подготовка спортсмена. СФП	2	Групповая, теоретическая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие координационных способностей.
77	Передача двумя руками с отскоком от пола	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре Совершенствование перемещений и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места.
78	Организация командных действий по	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять передачу и прием мяча. Воспитание чувства ответственности за

	принципу свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий			команду
79	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять общие и специальные упражнения для развития физических качеств Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
80	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП	2	Групповая, теоретическая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.
81	Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра	2	Групповая, тренировочно-игровая	Уметь выполнять бросок мяча одной рукой сверху Совершенствование броска мяча. Бросок мяча одной рукой сверху
82	Взаимодействие двух игроков «Подстраховка»	2	Групповая, тренировочная	Уметь владеть мячом, выполнять передачу и прием мяча. Воспитание чувства ответственности за команду
83	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
84	Тактика подготовки юного спортсмена. Учебная игра	2	Групповая, тренировочно-игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
85	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять передвижения по игровой площадке, владеть мячом Совершенствование перемещений и остановок игрока.
86	Переключения от действий нападения к действиям в защите. СФП	2	Групповая, тренировочная	Уметь действовать как в защите, так и в нападении. Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в

				баскетбол. Развитие реакции.
87	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных)	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
88	Закономерность и развития спортивной формы как одно из объективных условий периодизации спортивной тренировки. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
89	Совершенствование техники броска мяча одной рукой от плеча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять бросок мяча одной рукой сверху Совершенствование броска мяча. Бросок мяча одной рукой сверху
90	Применение изученных способов ловли, передачи, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	2	Групповая, игровая	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
91	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра	2	Групповая, теоретическая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
92	Совершенствование техники ведения мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ведения мяча в соответствии с игровой ситуацией
93	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки ОФП. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.
94	Правила игры и методика судейства.	2	Групповая, тренировочная	Знать правила игры в баскетбол, жесты судей. Умение настраиваться на игру. Разбор

	Учебная игра			игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
95	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	2	Групповая, тренировочная	Уметь действовать как в защите, так и в нападении. Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие координационных способностей.
96	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	2	Групповая, теоретическая, контрольная	Уметь находить необходимые сведения, факты и другую информацию. Уметь выполнять нормативные требования Проверка физической подготовленности обучающихся
97	Совершенствование техники ловли и передачи мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы ловли и передачи мяча Совершенствование приемов ловли и передачи мяча
98	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов ловли, передачи, ведения, бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
99	Совершенствование техники бросков мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы игры в баскетбол Совершенствование приемов бросков мяча в соответствии с игровой ситуации
100	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
101	Совершенствование техники ловли и передачи мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы ловли и передачи мяча Совершенствование приемов ловли и передачи мяча
102	Итоги прошедшего спортивного года. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок

Список литературы

1. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. Пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов – М.: Просвещение, 93 с.
2. Германов, Г. Н. Баскетбол в основе построения вариативной части учебной программы по физической культуре / Г. Н. Германов, Е. В. Готовцев, И. В. Машошина // Культура физическая и здоровье. – №4(18). – С.24-31.
3. Готовцев, Е. В. Содержание и направленность тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки игроков в баскетбол на этапе спортивного совершенствования. – М.: РАГС, – 93с.
4. Готовцев, Е. В. Планирование в спортивной тренировке юных игроков в баскетбол : метод. рекомендации / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов. – Воронеж:.. – 116 с.
5. Готовцев, Е. В. Педагогический контроль в спортивной тренировке юных игроков в баскетбол: метод. рекомендации / Е. В. Готовцев, Г. Н.Германов.-Воронеж:– 131 с.
6. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-XI классов / авт. В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, – 126 с.
7. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высшего физкультурного образования. – 4-е изд., испр. и доп. – СПб.: Лань,. – 384 с.
8. Примерные программы по учебным предметам. Основная школа. Серия «Стандарты второго поколения». Часть 2. – М.: Просвещение.
9. Физическая культура: учебник для образовательных учреждений /под ред. М.Я. Виленского – М.: Просвещение, – 239с.