

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №1

«Согласовано»
Руководитель МС:
СН /Семенова Н.Г./
Пр. №1 от 28.08 2023г.



«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ №1
С. Сергалиева А. С./
Пр. № 28 от 28.08 2023г.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Баскетбол»

Срок реализации 1 год
(программа рассчитана на обучающихся 14 – 17 лет)

Разработана
Ескалиевым А.Е.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Пр. №1 от 28.08 2023 г.

с. Александров-Гай
2023

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 14-17 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

- Техника бега боком вперед, спиной вперед
- Техника ловли и передачи мяча на месте
- Техника ведения мяча на месте
- Техника передач двумя руками от груди
- Техника передач одной рукой от плеча
- Техника поворотов на месте
- Техника ведения мяча в движении
- Техника передач двумя руками над головой
- Техника передач двумя руками в движении; правила игры
- Техника передач мяча
- Техника бросков мяча в движении
- Техника поворотов
- Техника ловли мяча. отскочившего от щита
- Техника ловли мяча
- Техника броска в движении после ловли мяча
- Техника бросков в прыжке с места
- Техника бросков мяча с разных точек игровой площадки
- Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке
- Техника бросков в прыжке после ведения мяча
- Техника передач на месте и в движении
- Техника зачетных упражнений
- Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча
- Техника ведения и передач в движении
- Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу
- Техника отвлекающих действий на бросок

Учебно-тематическое планирование

№	Содержание программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Общая и специальная физическая подготовка	16		16
2	Технико-тактическая подготовка	130		130
3	Контрольно-пропускные испытания (КПИ)	8		8
4	Учебные игры	48		48
5	Показательно-соревновательные занятия	2		2
	Итого	204		204

Тематическое планирование занятий по баскетболу

№	Тема занятий	К о л- в о ч ас о в	Формы организации занятий	Виды деятельности

1	Закрепление техники перемещения, ловли, передачи и ведения мяча на месте	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые упражнения Техника бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте
2	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки
3	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы игры Техника передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении
4	Закрепление техники передач двумя руками над головой	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять передачи одной и двумя руками, повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди Техника передач двумя руками над головой
5	Закрепление техники передач двумя руками в движении	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч» Техника передач двумя руками в движении; правила игры
6	Закрепление изученных способов передач	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника передач мяча
7	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраивать-ся на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
8	Закрепление техники броска после ведения мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине Техника бросков мяча в движении
9	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 скоростно-силовых качеств.
10	Закрепление техники поворотам в движении	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять перемещение в игре, изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке

				Техника поворотов
11	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять ловлю мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке Техника ловли мяча отскочивше-го от щита
12	Совершенствование техники ловли мяча	2	Групповая, совершенствования	Уметь выполнять ловлю мяча различными методами в зависимости от ситуации Техника ловли мяча
13	Закрепление техники бросков в движении после ловли мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в игре по всей площадке Техника броска в движении после ловли мяча
14	Закрепление техники бросков в прыжке с места	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке Техника бросков в прыжке с места
15	Совершенствование техники бросков с разных точек игровой площадки	2	Групповая, совершенствования	Уметь выполнять броски в движении после ловли мяча, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке Техника бросков мяча с разных точек игровой площадки
16	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраивать-ся на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
17	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке
18	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять передачи в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180°, ведение с обводкой линий штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча

19	Совершенствование техники изученных приемов передач	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы передач в игре в баскетбол Техника передач на месте и в движении
20	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки Тактика выполнения ОФП. Подвижная игра «Салки с мячом»
21	Учет по технической подготовке	2	Групповая, контрольная	Уметь выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводку области штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника зачетных упражнений
22	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча
23	Закрепление техники ведения и передач в движении	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 x 2, бросок; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника ведения и передач в движении
24	Совершенствование техники ведения и передачи мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы, Техника ведения и передач в движении
25	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
26	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающими действиями на передачу	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу
27	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом
28	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре Техника отвлекающих действий на бросок

29	Совершенствование техники отвлекающих действий при защите и нападении	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы в защите и нападении Техника отвлекающих действий на бросок
30	Совершенствование техники отвлекающих действий при защите и нападении	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы в защите и нападении Техника отвлекающих действий на бросок
31	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 скоростных качеств.
32	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат Техника передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание
33	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении Техника выбивания мяча после ведения
34	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1. Техника атаки двух нападающих против одного защитника
35	Закрепление выбивания мяча при ведении. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемый прием в парах, выбивание мяча при ведении; атака трех нападающих против двух защитников; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Техника изучаемых приемов
36	Совершенствование способов выбивания мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изучаемые приемы выбивания мяча Техника изучаемых приемов
37	Закрепление передач одной рукой с поворотом	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи одной рукой с поворотом; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Техника изучаемых приемов
38	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок

39	Прием нормативов по технической подготовке	2	Групповая, контрольная	Уметь выполнять штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска Техника выполнения изученных приемов на результат
40	Закрепление передач в движении в парах. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить выбивание мяча при ведении, бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; делать передачи в движении в парах; проводить быстрый прорыв в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места. Техника изучаемых приемов
41	Закрепление передач в тройках в движении	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи в тройках в движении; быстрый прорыв; перехват мяча; штрафные броски Техника изучаемых приемов
42	Закрепление передач в тройках в движении. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Техника изучаемых приемов
43	Закрепление передач в движении. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 x 1; 3 x 2; проводить борьбу за мяч, отскочивший от щита. Техника изучаемых приемов
44	Совершенствование техники передач мяча. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать изученные приемы передачи Техника изучаемых приемов
45	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
46	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь вести борьбу за мяч, отскочивший от щита – 3 x 3; проводить быстрый прорыв; передачи через центрального; броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Техника изучаемых приемов
47	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки Тактика выполнения ОФП. Подвижная игра «Салки с мячом»
48	Закрепление техники передач мяча	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи мяча в парах, меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрального игрока; выбивание мяча Техника изучаемых приемов

49	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника. Техника изучаемых приемов
50	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи в движении; проводить нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Техника изучаемых приемов
51	СПФ	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.
52	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять ведение мяча и выбивание; нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча Техника изучаемых приемов
53	Закрепление способов заслона через центрального. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину. Техника изучаемых приемов
54	Закрепление способов заслона через центрального. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину Техника изучаемых приемов
55	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи; проводить нападение «тройкой»; обводку в области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Техника изучаемых приемов
56	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	2	Групповая тренировочная	Уметь делать передачи; проводить нападение «тройкой»; обводку в области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Техника изучаемых приемов
57	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
58	Прием нормативов по технической	2	Групповая, контрольная	Уметь выполнять штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание

	подготовке			мяча в щит; обводка области штрафного броска Техника выполнения изученных приемов на результат
59	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны.	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний Техника изучаемых приемов
60	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны.	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний Техника изучаемых приемов
61	Совершенствование техники заслонов.	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять изученные приемы заслонов Техника изучаемых приемов
62	Учебная игра	2	Групповая, учебная	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
63	Закрепление техники и тактики бросков	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски Техника изучаемых приемов
64	Закрепление техники и тактики в игре, бросков. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь выполнять броски Техника изучаемых приемов
65	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь совершать быстрый прорыв 2х1, 3х2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски Техника изучаемых приемов
66	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь совершать быстрый прорыв 2х1, 3х2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски Техника изучаемых приемов
67	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока	2	Групповая, тренировочная	Уметь совершать передачи, заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотную систему защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Техника изучаемых приемов
68	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от	2	Групповая, тренировочная	Уметь совершать передачи, заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотную систему защиты; броски в движении потоком с двух

	центрального игрока			сторон. Техника изучаемых приемов
69	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении. Техника изучаемых приемов
70	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении Умение сопоставлять собственную оценку своей деятельности с оценкой её товарищами, учителем
71	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
72	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока.	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить накрывание мяча при броске; наведение защитника на центрального игрока; перехваты мяча, адресуемые центральному; броски в прыжке. Техника изучаемых приемов
73	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить накрывание мяча при броске; наведение защитника на центрального игрока; перехваты мяча, адресуемые центральному; броски в прыжке. Техника изучаемых приемов
74	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	2	Групповая, тренировочная	Уметь бороться за мяч, отскочивший от щита – в тройках; проводить опеку центрального игрока спереди и передачи ему мяча. Техника изучаемых приемов
75	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита.	2	Групповая, тренировочная	Уметь бороться за мяч, отскочивший от щита – в тройках; проводить опеку центрального игрока спереди и передачи ему мяча. Техника изучаемых приемов
76	Совершенствование техники борьбы за мяч	2	Групповая, тренировочная	Уметь бороться за мяч в зависимости от ситуации на площадке Техника изучаемых приемов
77	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой,	2	Групповая, тренировочная	Уметь ловить высоко летящий мяч; проводить нападение двумя центрами и их взаимодействия; выполнять

	нападение двумя центрами и их взаимодействие. Учебная игра			технические приемы. Техника изучаемых приемов
78	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь ловить высоко летящий мяч; проводить нападение двумя центрами и их взаимодействия; выполнять технические приемы. Техника изучаемых приемов
79	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
80	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи на максимальной скорости; выполнять нападение двумя центрами; штрафной бросок. Техника изучаемых приемов
81	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи на максимальной скорости; выполнять нападение двумя центрами; штрафной бросок. Техника изучаемых приемов
82	Закрепление пройденного материала	2	Групповая, тренировочная	Уметь играть в баскетбол Техника выполнения изученных приемов в процессе игры
83	Закрепление пройденного материала	2	Групповая, тренировочная	Уметь играть в баскетбол Техника выполнения изученных приемов в процессе игры
84	СПФ	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять специальные физические упражнения на скорость, реакцию, боковое зрение, прыгучесть, точность и др. Сочетание изученных приемов игры в баскетбол. Развитие скоростных качеств.
85	Закрепление техники ведения на максимальной скорости. Учебная игра.	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить плотную опеку игроков в тыловой зоне; броски с места. Техника изучаемых приемов
86	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить плотную опеку игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра. Техника изучаемых приемов
87	ОФП	2	Групповая, развивающая	Уметь выполнять упражнения общей физической подготовки Тактика выполнения ОФП. Подвижная игра «Эстафета с мячами»

88	Прием нормативов по техни-ческой и специальной подготовки	2	Групповая, контрольная	Уметь бегать челночным способом, бег на 30 м. с максимальной скоростью Техника бега со сдачей нормативов
89	Закрепление техники добивания мяча в корзину. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь добивать мяч в корзину; делать броски в движении. Техника изучаемых приемов
90	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать передачи в парах; проводить нападение в тройках с активным заслоном; выполнять броски с сопротивлением. Техника изучаемых приемов
91	Закрепление техники бросков и передач в движении	2	Групповая, тренировочная	Уметь делать броски и передачи в движении; проводить плотную опеку на $\frac{3}{4}$ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния Техника изучаемых приемов
92	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных бросков; освобождение от заслонов; перехваты мяча Техника изучаемых приемов
93	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь проводить ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных бросков; освобождение от заслонов; перехваты мяча; Техника изучаемых приемов
94	Закрепление техники борьбы за мяч, отско-чившего от щита. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь бороться за мяч, отскочившего от щита (выполняется на двух щитах); проводить зонную защита 2+1+2, выполнять броски с места с расстояния 6 – 7 м. Техника изучаемых приемов
95	Закрепление бросков в движении. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах; Техника изучаемых приемов
96	Закрепление бросков в движении	2	Групповая, тренировочная	Уметь применять изученные приемы и комбинации в игре Техника изучаемых приемов
97	Учебная игра	2	Групповая, игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
98	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	2	Групповая, тренировочная	Сдача нормативов. Техника выполнения нормативов по технической и специальной подготовке

99	Закрепление технических приемов игры в баскетбол	2	Групповая, тренировочная	Уметь играть в баскетбол Техника изученных приемов
100	Совершенствование в технических приемов игры в баскетбол	2	Групповая, совершенствования	Уметь играть в баскетбол Техника изученных приемов
101	Учебная игра	2	Групповая, учебно-игровая	Уметь применять изученные приемы в игре Умение настраиваться на игру. Разбор игровых ситуаций, исправление типичных ошибок
102	Подведение итогов за год. Показательная игра	2	Групповая, обобщающая	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.