

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1с. Александров-Гай Александрово-Гайского
муниципального района Саратовской области**

СОГЛАСОВАНО
Руководитель МС
_____/Семенова Н.Г./
Протокол № 1 от 27.08.2020г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №1
_____/Коблова О.А./
Приказ № 196 от 27.08.2020г.



Дополнительная общеразвивающая программа

«Баскетбол»

Срок реализации 1 год
(программа рассчитана на обучающихся 10 – 13 лет)

Разработана
Ескалиевым А.Е.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Пр. №____ от _____ 2020 г

с. Александров-Гай
2020

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 10-13 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	Многokrатное 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 ситуацией
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 ситуацией
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

Содержание программы 2-го года обучения

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 2-ый год обучения

№	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 на 2-ой год обучения

№	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 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
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	2	Групповая,	Уметь совершать передачи, заслон с

	плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока		тренировочная	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 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
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, 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
78	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие. Учебная игра	2	Групповая, тренировочная	Уметь ловить высоко летящий мяча; 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 приемах 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.