

**Управление образования администрации  
Тамбовского муниципального округа**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Горельская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрена на заседании Методического совета школы и рекомендована к утверждению Протокол № 1 от 29 августа 2024 года Руководитель МС _____ Г.Н.Мещерякова	Утверждена Приказ № 447 от 30 августа 2024 года Директор школы _____ Е.И. Колодина
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно – спортивной направленности  
**«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 11 -16 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Щукин В.Ю.,  
учитель физической культуры

с. Горелое 2024г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1</b>	<b>Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Горельская средняя общеобразовательная школа»
<b>2</b>	<b>Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности "Баскетбол"
<b>3</b>	<b>Сведения об авторах</b>	Щукин Вячеслав Юрьевич, учитель физической культуры
<b>4</b>	<b>Сведения о программе</b>	
<b>4.1</b>	<b>Нормативная база</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;</li> <li>- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);</li> <li>- распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;</li> <li>- приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</li> </ul>

		<p>- письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <p>- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 - 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);</p> <p>- Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Горельская средняя общеобразовательная школа».</p>
<b>4.2</b>	<b>Область применения</b>	Дополнительное образование
<b>4.3</b>	<b>Направленность</b>	Физкультурно - спортивная
<b>4.4</b>	<b>Тип программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
<b>4.5</b>	<b>Вид программы</b>	модифицированный
<b>4.6</b>	<b>Возраст обучающихся по программе</b>	11-16лет
<b>4.7</b>	<b>Продолжительность обучения</b>	1 год (144 час.)

## **1.«Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа «Баскетбол» модифицированная, составлена на основе программы «Уроки баскетбола» г. Краснодар, 2020 год, относится к физкультурно – спортивной направленности.

По уровню освоения программа предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении.

Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка.

Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Программа по баскетболу для учащихся 5-9 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об актуальности программы.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Новизна** программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека. Снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми дает возможность и баскетбол. Именно эта игра способствует развитию всех необходимых для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях школьного спортивного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15-20 человек.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что очная форма получения дополнительного образования помогает получить представление и начальные навыки, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

**Отличительная особенность** данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что в ней предусмотрено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы

предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики в области игровых видов спорта, опыт педагогов физической культуры и спорта.

### **Объем и срок реализации программы**

Срок обучения по программе составляет 1 год, 144 часа.

### **Адресат программы**

Программа адресована детям от 11 до 16 лет.

### **Условия набора**

Для обучения принимаются дети, желающие получить навыки и умения владения мячом, игровыми действиями, приёмами передач и бросков, правилам игры в баскетбол.

В этом возрасте дети способны качественно усваивать предлагаемые знания и в случае необходимости могут добывать их самостоятельно, адекватно оценивают результаты собственной работы.

### **Количество учащихся**

Численный состав учащихся в группе:

15 - 20 человек.

### **Формы организации занятий**

Освоение программы проходит в очной форме. Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа (90 мин).

### **Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

командная;

групповая;

индивидуальная.

### **Формы занятий**

В программе применяются тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

**Цель программы** – создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

### **Задачи:**

#### **обучающие:**

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

- углублять дополнять знания , умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

#### **развивающие:**

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширение спортивного кругозора детей.

**воспитательные:**

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

**Содержание программы  
Учебный план**

№ п/п	Название тем	1 год обучения			Формы аттестации/контроля
		<i>теория</i>	<i>практика</i>	<b>ВСЕГО</b>	
1	Техническая подготовка	5	43	<b>48</b>	<b>Тестирование</b>
2	Тактическая подготовка	2	80	<b>82</b>	<b>Внутригрупповые игры</b>
3	Физическая подготовка		6	<b>6</b>	<b>Тестирование</b>

4	Подвижные игры баскетбольной направленности		4	4	Тестирование
5	Контрольные игры, соревнования		4	4	Соревнования, товарищеские встречи
<b>Общее количество часов в год</b>		<b>7</b>	<b>137</b>	<b>144</b>	

### Учебный план

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1	Раздел 1 Техническая подготовка					
1.1	Вводное занятие	1	1		Беседа	Тестирование
1.2	Развитие баскетбола в России	1	1		Учебно-тренировочное занятие	Тестирование



<b>1.3</b>	Изучение техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.4</b>	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.5</b>	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.6</b>	Совершенствование передач двумя руками над головой	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.7</b>	Совершенствование передач двумя руками над головой	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.8</b>	Общая характеристика сторон подготовки спортсменов	1	1		<b>Беседа</b>	Тестирование
<b>1.9</b>	Совершенствование техники передач двумя руками в движении	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.10</b>	Совершенствование техники передач двумя руками в движении	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.11</b>	Закрепление техники броска после ведения мяча	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.12</b>	Закрепление техники броска после ведения мяча	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>1.13</b>	Отработка техники поворотам в движении	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.14.</b>	Отработка техники поворотам в движении	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.15</b>	Отработка техники поворотам в движении	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.16</b>	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.17</b>	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.18</b>	Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.19</b>	Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.20</b>	Закрепление техники броскам в прыжке с места	1		<b>1</b>	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.21</b>	Психологическая подготовка баскетболиста	1	1		<b>Беседа</b>	Тестирование
<b>1.22</b>	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>1.23</b>	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.24</b>	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.25</b>	Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.26</b>	Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.27</b>	Учет по технической подготовке	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>1.28</b>	Учет по технической подготовке	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>1.29</b>	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.30</b>	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.31</b>	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.32</b>	Закрепление техники ведения и передач в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.33</b>	Закрепление техники ведения и передач в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>1.34</b>	Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.35</b>	Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.36</b>	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.37</b>	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.38</b>	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.39</b>	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.40</b>	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.41</b>	Правила судейства соревнований по баскетболу	1	1		<b>Беседа</b>	Тестирование
<b>1.42</b>	Ловля мяча после полукотскока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.43</b>	Ловля высоко летящего мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>1.44</b>	Ловля катящегося мяча в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.45</b>	Бросок мяча одной рукой в баскетбольный щит	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.46</b>	Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.47</b>	Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>1.48</b>	Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2</b>	<p style="text-align: center;"><b>Раздел 2.</b> <b>Тактическая подготовка</b></p>					
<b>2.1</b>	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.2</b>	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.3</b>	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.4</b>	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>2.5</b>	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.6</b>	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.7</b>	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.8</b>	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.9</b>	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.10</b>	Закрепление выбивания мяча при ведении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.11</b>	Закрепление выбивания мяча при ведении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.12</b>	Организация и проведение соревнований по баскетболу	1	1		<b>Беседа</b>	Тестирование
<b>2.13</b>	Применение передач одной рукой с поворотом	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.14</b>	Прием нормативов по технической подготовке	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование

<b>2.15</b>	Прием нормативов по технической подготовке	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.16</b>	Закрепление передач в движении в парах	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.17</b>	Закрепление передач в движении в парах	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.18</b>	Правила передач в тройках в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.19</b>	Правила передач в тройках в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.20</b>	Правила передач в тройках в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.21</b>	Закрепление передач в тройках в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.22</b>	Закрепление передач в тройках в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.23</b>	Применение передач в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.24</b>	Применение передач в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>2.25</b>	Применение передач в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.26</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.27</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.28</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.29</b>	Отработка техники передач мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.30</b>	Отработка техники передач мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.31</b>	Отработка техники передач мяча	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.32</b>	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.33</b>	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.34</b>	Тактическая подготовка баскетболиста	1	1		<b>Беседа</b>	Тестирование



<b>2.35</b>	Отработка техники передач в движении, нападение через центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.36</b>	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.37</b>	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.38</b>	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.39</b>	Закрепление через центрального, заслоны.	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.40</b>	Закрепление через центрального, заслоны.	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.41</b>	Закрепление через центрального, заслоны.	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.42</b>	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.43</b>	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.44</b>	Прием нормативов по технической подготовке	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестировани е

<b>2.45</b>	Прием нормативов по технической подготовке	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестировани е
<b>2.46.</b>	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.47</b>	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.48</b>	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.49</b>	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.50</b>	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.51</b>	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.52</b>	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.53</b>	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.54</b>	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е

<b>2.55.</b>	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.56</b>	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.57</b>	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.58</b>	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.59</b>	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.60</b>	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.61</b>	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.62</b>	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестировани е
<b>2.63</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестиров ание

<b>2.64</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.65</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.66</b>	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.67</b>	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.68</b>	Совершенствование пройденного материала	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.69</b>	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.70</b>	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	1		1	<b>Сдача контрольных нормативов</b>	Тестирование
<b>2.71</b>	Отработка техники добивания мяча в корзину	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.72</b>	Применение техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.73</b>	Отработка техники бросков и передач в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование

<b>2.74</b>	Отработка ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.75</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.76</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.77</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.78</b>	Закрепление бросков в движении	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>2.79-2.80</b>	Прием нормативов по технической подготовке	2		2	<b>Тестирование</b>	Тестирование
<b>2.81-2.82</b>	Прием нормативов по специальной подготовке	2		2	<b>Тестирование</b>	Тестирование
<b>3</b>	<p align="center"><b>Раздел 3.</b> <b>Физическая подготовка</b></p>					
<b>3.1</b>	ОФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>3.2</b>	ОФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>3.3</b>	ОФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>3.4</b>	ОФП. Акробатические упражнения	1		1	<b>Учебно-тренировочное занятие</b>	Тестирование
<b>3.5</b>	ОФП. Общеразвивающие упражнения с предметами (	1		1	<b>Учебно-тренировочное</b>	Тестирование

	набивной мяч, обруч, скакалка)				занятие	
<b>3.6</b>	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста	1		1	Учебно-тренировочное занятие	Тестирование
<b>4</b>	<b>Раздел 4.</b> <b>Подвижные игры баскетбольной направленности</b>					
<b>4.1</b>	Ведение мяча на месте и в движении	1		1	Учебно-тренировочное занятие	Тестирование
<b>4.2</b>	«Брось-поймай»	1		1	Учебно-тренировочное занятие	Тестирование
<b>4.3</b>	«Выстрел в небо»	1		1	Учебно-тренировочное занятие	Тестирование
<b>4.4</b>	«Баскетбол с надувным мячом»	1		1	Учебно-тренировочное занятие	Тестирование
<b>5</b>	<b>Раздел 5.</b> <b>Контрольные игры, соревнования.</b>					
<b>5.1</b>	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Черняное	1		1	Соревнования	Тестирование
<b>5.2</b>	Школьные соревнования 5-9 классы	1		1	Соревнования	Тестирование
<b>5.3</b>	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Малиновка	1		1	Соревнования	Тестирование
<b>5.4</b>	Контрольная игра	1		1	Соревнования	Тестирование
	ИТОГО ЧАСОВ ЗА ГОД	144	7	137		

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять

соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям. Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением занимающимся. Содержательное обеспечение разделов программы.

### Содержание учебного плана

1. Техническая подготовка		
Вводное занятие	<b>Теория:</b> Правила техники безопасности	<b>Практика:</b>
Развитие баскетбола в России	<b>Теория:</b> Изучить историю развития баскетбола	<b>Практика:</b>

Изучение техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	<b>Теория:</b>  Изучить технику упражнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	<b>Теория:</b>  Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	<b>Теория:</b>  Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование передач двумя руками над головой	<b>Теория:</b>  Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование передач двумя руками над головой	<b>Теория:</b>  Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Общая характеристика сторон подготовки спортсменов	<b>Теория:</b>  Изучить теорию подготовки	<b>Практика:</b>
Совершенствование техники передач двумя руками в движении	<b>Теория:</b>  Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники передач двумя руками в движении	<b>Теория:</b>  Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники броска после ведения мяча	<b>Теория:</b>  Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники броска после ведения мяча	<b>Теория:</b>  Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники поворотам в движении	<b>Теория:</b>  Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b>  Выполнять изучаемые упражнения



Отработка техники поворотам в движении	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники поворотам в движении	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники броскам в прыжке с места	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Психологическая подготовка баскетболиста	<b>Теория:</b> Психологическая подготовка спортсмена	<b>Практика:</b>
Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Учет по технической подготовке	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Учет по технической подготовке	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники ведения и передач в движении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники ведения и передач в движении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	<b>Теория:</b> Изучить технику	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	<b>Теория:</b> Изучить технику	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Правила судейства соревнований по баскетболу	<b>Теория:</b> Знать правила по баскетболу	<b>Практика:</b>
Ловля мяча после полутотскока	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Ловля высоко летящего мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Ловля катящегося мяча в движении	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Бросок мяча одной рукой в баскетбольный щит	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом	<b>Теория:</b> Изучить требования к организации игры в баскетбол	<b>Практика:</b>
Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники выбивания мяча после ведения	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники выбивания мяча после ведения	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники выбивания мяча после ведения	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Закрепление выбивания мяча при ведении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление выбивания мяча при ведении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Организация и проведение соревнований по баскетболу	<b>Теория:</b> Изучить правила организации соревнований	<b>Практика:</b>
Применение передач одной рукой с поворотом	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по технической подготовке	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по технической подготовке	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление передач в движении в парах	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление передач в движении в парах	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Правила передач в тройках в движении	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Правила передач в тройках в движении	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Правила передач в тройках в движении	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Закрепление передач в тройках в движении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление передач в тройках в движении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Применение передач в движении	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Применение передач в движении	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Применение передач в движении	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники передач мяча	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Тактическая подготовка баскетболиста	<b>Теория:</b> Знать правила тактической подготовки	<b>Практика:</b> Выполнять правила
Отработка техники передач в движении, нападение через центрального игрока	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление через центрального, заслоны.	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление через центрального, заслоны.	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление через центрального, заслоны.	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по технической подготовке	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять контрольные упражнения
Прием нормативов по технической подготовке	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять контрольные упражнения
Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники и тактики в игре, бросков	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники и тактики в игре, бросков	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику	<b>Практика:</b> Выполнять



центрального, техника	выполнения	изучаемые упражнения
Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Совершенствование пройденного материала	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники ведения на максимальной скорости	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по технической и специальной подготовки	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения

Прием нормативов по технической и специальной подготовки	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по технической и специальной подготовки	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники добивания мяча в корзину	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Применение техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	<b>Теория:</b> Совершенствовать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка техники бросков и передач в движении	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Отработка ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	<b>Теория:</b> Отработать технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Закрепление бросков в движении	<b>Теория:</b> Закрепить технику выполнения	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по технической подготовке	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
Прием нормативов по специальной подготовке	<b>Теория:</b> Знать контрольные нормативы	<b>Практика:</b> Выполнять изучаемые упражнения
ОФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс

ОФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс
ОФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс
ОФП. Акробатические упражнения	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс
ОФП. Общеразвивающие упражнения с предметами ( набивной мяч, обруч, скакалка)	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс
ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс
Ведение мяча на месте и в движении	<b>Теория:</b> Знать технику выполнения упражнений	<b>Практика:</b> Выполнять комплекс
«Брось-поймай»	<b>Теория:</b> Знать правила игры	<b>Практика:</b> Играть в игру
«Выстрел в небо»	<b>Теория:</b> Знать правила игры	<b>Практика:</b> Играть в игру
«Баскетбол с надувным мячом»	<b>Теория:</b> Знать правила игры	<b>Практика:</b> Играть в игру
Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Черняное	<b>Теория:</b> Знать правила	<b>Практика:</b> Участие в соревнованиях
Школьные соревнования 5-9 классы	<b>Теория:</b> Знать правила	<b>Практика:</b> Участие в соревнованиях
Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с.	<b>Теория:</b>	<b>Практика:</b>

Малиновка	Знать правила	Участие в соревнованиях
Контрольная игра	<b>Теория:</b> Знать правила	<b>Практика:</b> Участие в контрольных играх

### **Ожидаемые результаты**

В конце обучения обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития спортивно-оздоровительной деятельности:

#### **Учащиеся должны знать:**

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;

- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;
- вырывать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий .

**Личностными результатами ОП «Баскетбол »** являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами ОП «Баскетбол »** является формирование универсальных учебных действий (УУД).

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия; учиться работать по определенному алгоритму.
- Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на занятии.
- Учить высказывать своё предположение (версию), учить работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

#### **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы группы и учителя;
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).
- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

## **2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы»**

### **2.1. Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 144

Начало занятий – с 2 сентября, окончание занятий – 26 мая.

Продолжительность каникул– с 26.10.2024-04.11.2024, с 28.12.2024-08.01.2025, с 22.03.2024 по 31.03.2024г.

### **2.2.Условия реализации программы**

**Перечень материально-технического обеспечения**  
(в расчете на 20 учащихся)

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>I группа</b>	<b>II группа</b>
1.	Компьютер	1	1
2.	Принтер	1	1
3.	Помещение спортзала (баскетбольная площадка)	1	1
4.	Баскетбольные мячи	20	20
5.	Баскетбольный щит	6	6
6.	Набивные мячи	2	2
7.	Скакалки	20	20
8.	Стойки	6	6

**Материально-техническое обеспечение**

Для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» необходимо:

Помещение для занятий – спортивный зал, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима, спортивный инвентарь для занятий баскетболом, компьютер, принтер, диски, фотоаппарат.

**Информационное обеспечение**

Подключение к сети Интернет.

**Кадровое обеспечение**

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы.

**Санитарно-гигиенические требования**

Занятия должны проводиться в спортивном зале, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться.

**Методическое обеспечение**



## **Методические условия реализации программы**

### ***Технологии, формы и методы обучения.***

В образовательном процессе используются технологии:

- кейс-технологии (методы и приемы, направленные на формирование и решение практических ситуаций самостоятельно и с помощью педагога);
- сетевые технологии (использование электронных программ обучающего характера);
- технология личностно-ориентированного развивающего обучения;
- технология проблемного обучения;
- игровые технологии.

Методы и приёмы обучения: словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.

- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

### ***Формы занятий.***

В процессе реализации программы используются различные формы организации занятий: тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований. Также активно используются формы и методы обучения, ставящие учащихся в позицию субъекта деятельности (выполнение заданий в не стандартных ситуациях).

При организации занятий максимально используются наглядные, интерактивные и технические средства.

### ***Примерный алгоритм построения занятия:***

1. Организационный момент.
2. Сообщение темы занятия.
3. Разминка.
4. Упражнения на закрепление пройденного материала.
5. Введение нового материала (работа над новой темой, тренировка и выработка основных навыков, повторение ранее изученного материала).
6. Итог занятия. Рефлексия.

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых и других видов обучающих игр. Способствуют расширению кругозора, развитию познавательной деятельности, формированию определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа) Сотрудничество трактуется как идея совместной развивающей деятельности детей. Суть индивидуального подхода в том, чтобы идти не от учебного предмета, а от ребенка к предмету, идти от тех возможностей, которыми располагает ребенок, применять психолого-педагогические диагностики личности.

Проблемное обучение. В процессе создания в учебной деятельности проблемных ситуаций и организация активной самостоятельной деятельности у учащихся происходит творческое овладение знаниями, умениями, навыками, развиваются мыслительные способности.

Информационно-коммуникационные технологии. Изменение и неограниченное обогащение содержания образования, использование интегрированных курсов, использование источников сети Интернет.

Здоровье сберегающие технологии. Использование данных технологий позволяют равномерно во время занятия распределять различные виды деятельности.

### **Формы проведения учебных занятий**

Для реализации программы используются разнообразные формы проведения занятий с использованием различных методов.

*Словесный метод:* занятия- объяснения; занятия общения и систематизации знаний.

Тренировочные занятия: технические и тактические приёмы в баскетболе.

Соревнования, спортивные конкурсы, праздники.  
Просмотры соревнований: коррекция действий игроков команды.

Комбинированные занятия; контрольно-проверочные занятия; итоговые; тестирование.

Учебный процесс строится следующим образом: теоретический материал дается по единой теме согласно учебно-тематического плана, физические упражнения соответствующего уровня сложности подбираются индивидуально в зависимости от уровня физической подготовленности.

Особое место занимает последовательность в обучении упражнений и прочность умений и навыков. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать упражнения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных

способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Упражнения выполняются, в основном, индивидуально, но могут быть и в парах, и группах.

В зависимости от возможностей, индивидуальных способностей, подготовки учащиеся выбираются их амплуа: нападающий, защитник, центровой.

**Формами контроля** и оценки результатов по программе являются:  
(Сравнить с учебным планом)

- *предварительный контроль* (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования (сентябрь-октябрь)

- *промежуточный контроль* (за уровнем освоения основных умений и навыков) проводится один раз в полугодие в форме тестирования (декабрь)

- *итоговый контроль*, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний (апрель-май).

- *текущий контроль* (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения в течение всего учебного года.

#### Теоретическая подготовка

Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела *теоретическая подготовка* осуществляется по средствам использования таких методов как опрос, собеседование, творческое задание.

#### Физическая подготовка.

Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводятся контрольными упражнениями. Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

1. бег на короткие дистанции (30,60м);
2. бег на длинные дистанции ( 1000м.);
3. сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
4. подтягивание на низкой перекладине;
5. поднимание туловища за 1 мин.

Результат определяется по сравнительной таблице.

Тест «длинные дистанции» оценивается по контрольному времени, применяется только в конце учебного года.

Каждый тест оценивается по 5-и уровням (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Успешным считается результат, соответствующий среднему уровню и выше. Продвижение ребёнка в диапазоне уровня также считается успешностью.

#### Техническая подготовка

Техническая подготовленность учащимися проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения упражнения.

*Формой контроля* технической подготовленности баскетбола является педагогическое тестирование, которое проводится в середине и конце учебного года.

#### Тактическая подготовка

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается в вынесении *оценочных суждений* по выполнению учащимися действий в нападении и защите с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Контроль проводится как на учебных занятиях, так и в соревновательной деятельности. Оценочные суждения выносятся на основании определений умений и навыков использования учащимися действий с мячом и без мяча в групповых и командных действиях. Для баскетболистов главной задачей в этом разделе считается:

- научиться правильно выбирать решение (бросить в кольцо, делать передачу, вести мяч);
- правильно занимать место в защите и нападении по отношению к кольцу и соперникам (держание игрока в треугольнике, закрытая и открытая стойка в зависимости от нахождения мяча на площадке и нападающего игрока; действия игроков в быстром прорыве, в раннем и позиционном нападении);
- уметь переключаться от игры в защите в игру в нападении и наоборот (расположение игроков при борьбе за мяч на своём и чужом щите, блокирование игрока, борьба за отскок, выход на мяч, открывание для получения мяча).
- умение игроков действовать не стандартно, спонтанно, выбирать решение
- КПД игрока в соревновательной деятельности (количество времени проведённого на площадке, перехваты мяча, потери, подбора на своём и чужом щите, количество заброшенных мячей, накрывание мяча, результативные передачи).

**Методом контроля** является *метод наблюдения* в результате, которого выносятся оценочные суждения по овладению учащимся игровыми действиями (тактическими действиями) соответственно возрастной группе и периоду обучения.

**Формой контроля** освоения игровых действий являются внутригрупповые игры, соревнования, товарищеские встречи.

#### **Учебно-методическое обеспечение программы**

№ п/п	Тема	Форма занятия	Методы, приёмы	Дидактическ ий материал	Формы поведени я итогов
1	Введение	Вводное	Словесные,	Наличие	Начальн

.	в занятия баскетболом	занятие.	организационные, практические, аналитические	баскетбольных мячей, стоек, необходимого инвентаря	ая диагностика , анкетирован ие
2	Общие основы баскетбола ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства в баскетболе.	Положен ие о соревновани ях по баскетболу.
3	Общезна вательная подготовка баскетболис та	Индивидуаль ная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестиров ание, карточки судьи, протоколы
4	Специал ьная подготовка	Индивидуаль ная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно- групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестировани е, учебная игра, промежуточ ный тест.
5	Техничес кая подготовка баскетболис та	Индивидуаль ная, фронтальная, групповая, подгрупповая, коллективно- групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестировани е, учебная игра, промежуточ ный тест, соревновани е
6	Тактичес кая подготовка баскетболис та	Индивидуаль ная, фронтальная, групповая, подгрупповая, коллективно- групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестировани е, учебная игра, промежуточ ный тест, соревновани е

			Учебная игра.		
7	Игровая подготовка	Групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	Практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнования

### Список литературы

1. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И.Нестеровский,М.,ИЦ «Академия,2009»
2. «Баскетбол» Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д.Железняк, И.А.Водяникова, В.Б.Гаптов, Москва,1999
3. «Физическая культура» Л.Е.Любомирский, Г.Б.Мейксон, В.И.Лях-М.:Просвещение,2001
4. «Физическая культура», В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клузов-М.:Просвещение,1998.
5. «Физическое воспитание учащихся классов: Пособие для учителя/В.И.Лях,Г.Б.Мейксон,Ю.А.Копылов.-М.:Просвещение,1997,
6. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев ФиС,2000
7. «Физическая культура » Н.В.Решетников Ю.Л.Кислицын Р.Л.Палтикевич Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2008
8. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
9. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся : пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
10. Учебная программа по баскетболу «Уроки баскетбола», <http://sportbymike.ucoz.ru/load/0-0-0-23-20>.

### Нормативные требования по ОФП

Контрольные упражнения	пол	Показатели					
		11 лет			12 лет		
		5	4	3	5	4	3
Бег 60 м (с)	м	10,1	10,6	11,1	9,8	10,3	10,8
	ж	10,5	11,0	11,5	10,0	10,5	11,0

Челночный бег 4х10 м (с)	м	11,5	12,0	12,5	10,9	11,4	11,9
	ж	11,7	12,2	12,7	11,2	11,7	12,2
Прыжок в длину с места (см)	м	170	160	150	175	165	155
	ж	160	150	145	166	158	150

Контрольные упражнения	П ол	Показатели					
		13 лет			14 лет		
		5	4	3	5	4	3
Бег 60 м (с)	м	8,9	9,4	10,1	8,6	9,3	10,0
	ж	10,0	10,4	10,8	9,7	10,1	10,5
Челночный бег 6х10 м (с)	м	16,7	17,7	18,7	16,2	17,2	18,2
	ж	17,8	19,0	20,2	17,7	18,9	20,1
Прыжок в длину с места (см)	м	195	185	170	205	190	175
	ж	170	160	150	175	165	155

Контрольные упражнения	П ол	Показатели					
		15 лет			16 лет		
		5	4	3	5	4	3
Бег 100 м (с)	м	14,0	14,5	15,1	13,8	14,4	15,0
	ж	17,2	17,9	18,6	16,2	16,9	17,6
Челночный бег 10х10 м/с	м	27,2	29,0	31,0	24,5	26,0	28,0
	ж	30,5	31,7	33,0	29,5	31,0	32,0
Прыжок в длину с места	м	220	210	195	235	220	210
	ж	180	170	160	186	175	164

### Нормативные требования по СФП

Учебные нормативы	Мальч ики	Девочки
<b>11 - 12 лет</b>		
Выполнять остановку в два шага и прыжком	По технике выполнения	
Броски мяча после ведения и остановки прыжком (5 попыток)	1-3	1-3
Броски с 2-й и 3-й точек 3-х секундной зоны площадки (5 попыток)	1-3	1-3
Ведение мяча по прямой и с изменением направления	По технике выполнения	
Учебная игра по упрощенным правилам мини-баскетбола	+	+
Знание простейших правил игры	+	+

Учебные нормативы	Мальч ики	Девочки
<b>13 - 14 лет</b>		
Выполнять челночный бег с ведением мяча	По технике выполнения	
Передача мяча в движении в парах с броском в кольцо (5 попыток)	2-4	1-3
Броски по периметру штрафной площадки (5 попыток)	1-3	1-3
Вырывание и выбивание мяча	По технике выполнения	
Учебная игра по правилам баскетбола	+	+
Знание правил игры	+	+

Учебные нормативы	Мальч ики	Девочки
<b>15 лет</b>		
Ведение мяча без зрительного контроля	По технике выполнения	
Передача мяча в движении в тройках – «восьмерка» с броском в кольцо (5 попыток)	2-4	2-4
Броски по периметру штрафной площадки (5 попыток)	2-4	2-4
Быстрое нападения; перехват мяча; борьба за отскок	По технике выполнения	
Участие в квалификационных соревнованиях	+	+
Заполнение технического протокола на игру	+	+

Учебные нормативы	Юно ши	Девуш ки
<b>16 лет</b>		
Передача мяча от груди двумя руками (за 30 сек)	22-35	20-30
Броски со штрафной линии (5 попыток)	3-5	3-5
Броски по периметру штрафной площадки (5 попыток)	3-5	3-5
Ведение мяча "змейкой" с последующим попаданием в кольцо (3 попыт)	1-3	1-3



Игра в баскетбол в условиях соревновательной деятельности	+	+
Знание правил игры и организация судейства	+	+



## Календарный учебный график (группа №1)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия 1 гр.	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				беседа, практическая работа	1	Вводное занятие	Спортивный зал	Входной контроль тестирование
2.				Беседа, практическая работа	1	Развитие баскетбола в России	Спортивный зал	Устный опрос
3.				беседа, практическая работа	1	Изучение техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	Спортивный зал	Устный опрос Практическая работа
4.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
5.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передачи одной рукой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						от плеча		
6.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование передач двумя руками над головой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
7.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование передач двумя руками над головой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
8.				беседа, практическая работа	1	Общая характеристика сторон подготовки спортсменов	Спортивный зал	Текущий контроль Практ работа
9.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач двумя руками в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
10.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач двумя руками в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
11.				Беседа.	1	Закрепление техники броска после ведения мяча	Спортивный зал	опрос
12.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники броска после ведения мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
13.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники поворотам в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
14.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники поворотам в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

15.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники поворотам в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
16.				беседа, практическая работа. Просмотр презентации.	1	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль
17.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практ. работа
18.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
19.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
20.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники броскам в прыжке с места	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
21.				беседа, практическая работа	1	Психологическая подготовка баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
22.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
23.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

24.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
25.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
26.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
27.				беседа, практическая работа	1	Учет по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
28.				беседа, практическая работа	1	Учет по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
29.				беседа, практическая работа. Просмотр презентации.	1	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
30.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
31.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						без мяча		
32.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ведения и передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
33.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ведения и передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
34.				беседа, практическая работа	1	Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
35.				беседа, практическая работа	1	Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
36.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
37.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
38.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

39.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
40.				беседа, практическая работа. Просмотр презентации.	1	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
41.				беседа, практическая работа	1	Правила судейства соревнований по баскетболу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
42.				беседа, практическая работа	1	Ловля мяча после полуотскока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
43.				беседа, практическая работа	1	Ловля высоко летящего мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
44.				беседа, практическая работа	1	Ловля катящегося мяча в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
45.				беседа, практическая работа	1	Бросок мяча одной рукой в баскетбольный щит	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
46.				беседа, практическая работа. Игра	1	Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
47.				беседа, практическая работа	1	Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
48.				беседа, практическая работа	1	Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа



						баскетболом		
49.				беседа, практическая работа	1	Ведение мяча на месте и в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
50.				беседа, практическая работа	1	Игра: «Брось- поймай»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
51.				беседа, практическая работа	1	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Черняное	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
52.				беседа, практическая работа	1	Школьные соревнования 5-9 классы	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
53.				беседа, практическая работа. Игра	1	ОФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
54.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
55.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
56.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						баскетболиста		
57.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
58.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
59.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
60.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
61.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
62.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
63.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
64.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники атаки двух нападающих против	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						одного защитника		
65.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
66.				беседа, практическая работа	1	Закрепление выбивания мяча при ведении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
67.				беседа, практическая работа	1	Закрепление выбивания мяча при ведении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
68.				беседа, практическая работа	1	Организация и проведение соревнований по баскетболу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
69.				беседа, практическая работа	1	Применение передач одной рукой с поворотом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
70.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
71.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
72.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач в движении в парах	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
73.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						в движении в парах		
74.				беседа, практическая работа	1	Правила передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
75.				беседа, практическая работа	1	Правила передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
76.				беседа, практическая работа	1	Правила передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
77.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
78.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
79.				беседа, практическая работа	1	Применение передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
80.				беседа, практическая работа	1	Применение передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
81.				беседа, практическая работа	1	Применение передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
82.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
83.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
84.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

85.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
86.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
87.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
88.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
89.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
90.				беседа, практическая работа	1	Тактическая подготовка баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
91.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач в движении, нападение через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
92.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
93.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						область штрафной площадки		
94.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
95.				беседа, практическая работа	1	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
96.				беседа, практическая работа	1	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
97.				беседа, практическая работа	1	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
98.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
99.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
100.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
101.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
102.				беседа, практическая работа	1	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						боковой линии. Заслоны. Техника		
103.				беседа, практическая работа	1	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
104.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
105.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
106.				беседа, практическая работа	1	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
107.				беседа, практическая работа	1	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
108.				беседа, практическая работа	1	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
109.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального,	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						техника		
110.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
111.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
112.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
113.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
114.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа



115.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
116.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
117.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
118.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
119.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
120.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
121.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

122.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
123.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
124.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
125.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
126.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование пройденного материала	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
127.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ведения на максимальной скорости	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
128.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической и специальной	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						подготовки		
129.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники добивания мяча в корзину	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
130.				беседа, практическая работа	1	Применение техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
131.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники бросков и передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
132.				беседа, практическая работа	1	Отработка ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
133.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
134.				беседа, практическая работа	1	Закрепление бросков в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
135.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
136.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Акробатические упражнения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
137.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Общеразвивающие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						упражнения с предметами ( набивной мяч, обруч, скакалка)		
138.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
139.				беседа, практическая работа	1	«Выстрел в небо»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
140.				беседа, практическая работа	1	«Баскетбол с надувным мячом»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
141.				беседа, практическая работа	1	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Черняное	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
142.				беседа, практическая работа	1	Школьные соревнования 5-9 классы	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
143.				беседа, практическая работа	1	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Малиновка	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
144.				беседа, практическая работа	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

## Календарный учебный график (группа №2)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия 1 гр.	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				беседа, практическая работа	1	Вводное занятие	Спортивный зал	Входной контроль тестирование
2.				Беседа, практическая работа	1	Развитие баскетбола в России	Спортивный зал	Устный опрос
3.				беседа, практическая работа	1	Изучение техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	Спортивный зал	Устный опрос Практическая работа
4.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

5.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
6.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование передач двумя руками над головой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
7.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование передач двумя руками над головой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
8.				беседа, практическая работа	1	Общая характеристика сторон подготовки спортсменов	Спортивный зал	Текущий контроль Практ работа
9.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач двумя руками в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
10.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач двумя руками в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
11.				Беседа.	1	Закрепление техники броска после ведения мяча	Спортивный зал	опрос
12.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники броска после ведения мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
13.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники поворотам в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
14.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						поворотам в движении		
15.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники поворотам в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
16.				беседа, практическая работа. Просмотр презентации.	1	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль
17.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практ. работа
18.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
19.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники броскам в движении после ловли мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
20.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники броскам в прыжке с места	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
21.				беседа, практическая работа	1	Психологическая подготовка баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
22.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
23.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						прыжке		
24.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
25.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
26.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
27.				беседа, практическая работа	1	Учет по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
28.				беседа, практическая работа	1	Учет по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
29.				беседа, практическая работа. Просмотр презентации.	1	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
30.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
31.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и бросков в	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа



						движении; опеки игрока без мяча		
32.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ведения и передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
33.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ведения и передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
34.				беседа, практическая работа	1	Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
35.				беседа, практическая работа	1	Изучение техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
36.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
37.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
38.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						последующим проходом		
39.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
40.				беседа, практическая работа. Просмотр презентации.	1	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
41.				беседа, практическая работа	1	Правила судейства соревнований по баскетболу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
42.				беседа, практическая работа	1	Ловля мяча после полуотскока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
43.				беседа, практическая работа	1	Ловля высоко летящего мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
44.				беседа, практическая работа	1	Ловля катящегося мяча в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
45.				беседа, практическая работа	1	Бросок мяча одной рукой в баскетбольный щит	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
46.				беседа, практическая работа. Игра	1	Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
47.				беседа, практическая работа	1	Бросок мяча от груди в баскетбольный щит с места	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
48.				беседа, практическая работа	1	Места занятий, оборудование и	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						инвентарь для занятий баскетболом		
49.				беседа, практическая работа	1	Ведение мяча на месте и в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
50.				беседа, практическая работа	1	Игра: «Брось-поймай»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
51.				беседа, практическая работа	1	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Черняное	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
52.				беседа, практическая работа	1	Школьные соревнования 5-9 классы	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
53.				беседа, практическая работа. Игра	1	ОФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
54.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
55.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

56.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
57.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
58.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
59.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
60.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
61.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
62.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
63.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

64.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
65.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники атаки двух нападающих против одного защитника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
66.				беседа, практическая работа	1	Закрепление выбивания мяча при ведении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
67.				беседа, практическая работа	1	Закрепление выбивания мяча при ведении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
68.				беседа, практическая работа	1	Организация и проведение соревнований по баскетболу	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
69.				беседа, практическая работа	1	Применение передач одной рукой с поворотом	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
70.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
71.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
72.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						в движении в парах		
73.				беседа, практическая работа	<b>1</b>	Закрепление передач в движении в парах	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
74.				беседа, практическая работа	1	Правила передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
75.				беседа, практическая работа	1	Правила передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
76.				беседа, практическая работа	<b>1</b>	Правила передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
77.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
78.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач в тройках в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
79.				беседа, практическая работа	<b>1</b>	Применение передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
80.				беседа, практическая работа	<b>1</b>	Применение передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
81.				беседа, практическая работа	1	Применение передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
82.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
83.				беседа, практическая работа	<b>1</b>	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

84.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
85.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
86.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
87.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач мяча	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
88.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
89.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
90.				беседа, практическая работа	1	Тактическая подготовка баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
91.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники передач в движении, нападение через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
92.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						площадки		
93.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
94.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
95.				беседа, практическая работа	1	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
96.				беседа, практическая работа	1	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
97.				беседа, практическая работа	1	Закрепление через центрального, заслоны.	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
98.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
99.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
100.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
101.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа



						подготовке		
102.				беседа, практическая работа	1	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
103.				беседа, практическая работа	1	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
104.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
105.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
106.				беседа, практическая работа	1	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
107.				беседа, практическая работа	1	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
108.				беседа, практическая работа	1	Отработка быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

109.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
110.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
111.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
112.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
113.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
114.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока		
115.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
116.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
117.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
118.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
119.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
120.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч,	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						отскочившего от щита		
121.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
122.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
123.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
124.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
125.				беседа, практическая работа	1	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
126.				беседа, практическая работа	1	Совершенствование пройденного материала	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
127.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники ведения на	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

						максимальной скорости		
128.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
129.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники добивания мяча в корзину	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
130.				беседа, практическая работа	1	Применение техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
131.				беседа, практическая работа	1	Отработка техники бросков и передач в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
132.				беседа, практическая работа	1	Отработка ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
133.				беседа, практическая работа	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
134.				беседа, практическая работа	1	Закрепление бросков в движении	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
135.				беседа, практическая работа	1	Прием нормативов по технической подготовке	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

136.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Акробатические упражнения	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
137.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Общеразвивающие упражнения с предметами ( набивной мяч, обруч, скакалка)	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
138.				беседа, практическая работа	1	ОФП. Упражнения для развития скоростно- силовых качеств баскетболиста	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
139.				беседа, практическая работа	1	«Выстрел в небо»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
140.				беседа, практическая работа	1	«Баскетбол с надувным мячом»	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
141.				беседа, практическая работа	1	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Черняное	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
142.				беседа, практическая работа	1	Школьные соревнования 5-9 классы	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
143.				беседа, практическая работа	1	Соревнования по баскетболу с обучающимися из филиала в с. Малиновка	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа
144.				беседа, практическая работа	1	Контрольная игра	Спортивный зал	Текущий контроль Практическая работа

