


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 17 р.п. Юрты

Рассмотрено на заседании

методического совета

Протокол № 7 от 14.06.2024г.

 Кочергина И.Г.

Утверждено

Приказом директора

МКОУ СОШ № 17 р.п. Юрты

№ 72 от 23.08.2024г.

 И.В.Рубскина



Дополнительная общеобразовательная программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Баскетбол»  
для обучающихся 5-11 классов

Срок реализации программы: 5 лет

Разработчик программы: Бобина Л.М.

Лескина Л.Н.

2024 год

## **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» для обучающихся 5-11 классов составлена на основе:

1. Федерального компонента государственного стандарта общего образования: Приказ МО Российской Федерации № 1089 от 05.03.2004 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования».

2. Примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499 «О продукции мониторинга физического развития обучающихся»)

### **Актуальность и новизна**

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования обучающихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Программа позволяет последовательно решать задачи подготовки баскетболистов, формирования у учащихся целостного представления о баскетболе, о физической культуре, возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное- воспитывать личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Данная программа рассчитана как на работу с детьми ОВЗ, так и с одарёнными детьми.

**Цель программы:** создание условий для удовлетворения потребности ребенка в двигательной активности через занятия баскетболом, формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков.

В процессе реализации данной программы предполагается решение следующих **задач:**

- мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- обучение способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;
- помощь в осуществлении самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности;
- совершенствование функциональных возможностей организма;
- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
- формирование умений в организации и судействе спортивной игры «баскетбол».

В осуществлении цели и задач программа ориентирует на единство всех форм системы физического воспитания учащихся: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

Работа по программе «баскетбол» предполагает проведение игр, спортивных конкурсов и состязаний на площадках и в спортивном зале, используя разный спортивный инвентарь, мячи различного диаметра, кегли, фишки, ориентиры и др.

### **Адресат программы**

Программа по баскетболу предназначена для обучающихся, имеющих медицинские показания, и рассчитана на пять лет обучения. Занятия проводятся в групповой форме, продолжительностью 1 академический час в 5 и 6 классах один раз в неделю (5 класс - 34 часа в год, 6 класс - 34 часа в год); по 2 часа в 7 и 8 классах с перерывами два раза в неделю, в зависимости от возрастной группы и задач этапа обучения (7 класс - 68 часов в год, 8 класс - 68 часов в год); 4 часа в 9-11 классах два раза в неделю (170 часов в год).

Срок освоения программы 5 лет.

Форма обучения – очная.

### **Содержание программы**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

### **Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1–2 часам в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный,
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Тематика занятий:**

### **Группа первого и второго года обучения**

**Основы знаний.** История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правила мини-баскетбола. Жесты судей.

**Техническая подготовка.**

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Остановка двумя шагами и прыжком.

Овладение техникой ведения мяча. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления. Ведение с пассивным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя – от груди, с отскоком от пола. Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с пассивным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Бросок после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок.

Освоение индивидуальных защитных действий. Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия 1Х1.

Закрепление техники и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

#### **Тактическая подготовка.**

Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5: 0) без смены мест. Позиционное нападение (5: 0) со сменой мест. Нападение быстрым прорывом (1: 0), (2: 1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Личная защита (1: 1). Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

#### **Общефизическая подготовка.**

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Парные и групповые упражнения: с сопротивлением, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание, смешанные висы и упоры, обороты и соскоки.

Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках.

Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Ускорения из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40, 60 м. Кросс 500–2000 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Подвижные игры: «Салки спиной к щиту», «Вызов номеров», «Слушай сигнал», «Круговая охота» «Бегуны», «Переправа», «Кто сильнее».

**Соревнования.** Принять участие в одних соревнованиях.

#### **Группа третьего и четвертого года обучения**

**Теория.** Правила игры. Жесты судей.

#### **Техническая подготовка.**

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Повороты без мяча и с мячом. Совершенствование стойки игрока, перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Совершенствование остановки двумя шагами и прыжком.

Овладение техникой ведения мяча. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления. Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя – от груди, с отскоком от пола, двумя – от головы. Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Бросок после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции в прыжке. Штрафной бросок. Бросок двумя руками снизу после ведения.

Освоение индивидуальных защитных действий. Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия (1: 1) (1: 2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

Закрепление техники и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

**Тактическая подготовка.** Позиционное нападение (5: 0) со сменой мест. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2: 2, 3: 3, 4: 4, 5: 5. Нападение быстрым прорывом (1: 0), (2: 1), (3: 2). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух игроков в защите и нападение через заслон. Личная защита. Двусторонняя игра.

#### **Общефизическая подготовка.**

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорениями до 20 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Повторный бег 2–3 × 20–30 м; 2–3 × 30–40 м. Бег 60 м с низкого старта, 100 м. Эстафетный бег с этапами до 40 м. Бег с препятствий от 60 до 100 м (количество препятствий – от 4 до 10, в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы). Прыжки в длину с места, тройной прыжок с места и с разбега (мальчики, юноши).

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната».

Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты. По зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках 5, 10, 15...30 м, с постоянным изменением исходных положений: стойка баскетболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии; сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях к стартовой линии; то же, но перемещение приставным шагом. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Бег с остановками и с резким изменением направления. Челночный бег на 5, 8, 10 м (с общим пробеганием за одну попытку 25–35 м). Челночный бег, отрезки пробегаются, развернувшись лицом, спиной вперед, затем правым, левым боком, приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках (массой от 3 до 6 кг), с поясом-отягощением или в куртке с весом. Бег с изменением скорости и способа передвижения в зависимости от зрительного сигнала.

Бег в колонну по одному – по постоянно меняющемуся зрительному сигналу выполняется определенное задание: ускорение, остановка, изменение направления и способа передвижения, поворот на 360° прыжком вверх, имитация передачи и т. д. То же, но занимающиеся передвигаются в парах, тройках от лицевой до лицевой линий.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Одиночные и серийные прыжки, толчком одной и двух ног (правая, левая), с доставанием одной и двумя руками подвешенных предметов (сетки, щита, кольца). Выпрыгивание из исходного положения, стоя толчковой ногой на опоре 50–60 см как без отягощения, так и с различными отягощениями (10–20 кг). Спрыгивание с возвышения 40–60 см с последующим прыжком через планку (прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх), установленную в доступном месте, то же, но с разбега 7 шагов. Подпрыгивание на месте в яме с песком как на одной, так и на двух ногах, по 5–8 отталкиваний в серии. Прыжки по наклонной плоскости выполняются на двух, одной ноге (правая, левая) под гору и с горы, отталкивание максимально быстрое. Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью. Разнообразные прыжки со скакалкой. Прыжки через барьер толчком одной и двух ног. Выпрыгивание на гимнастические маты (с постепенным увеличением высоты). Прыжки с места вперед-вверх,

назад-вверх, вправо-вверх, влево-вверх, отталкиваясь одной и двумя ногами, то же, но с преодолением препятствия.

Упражнения с отягощениями. Упражнения с набивными мячами (2–5 кг); передачи различными способами одной и двумя руками с места и в прыжке (20–50 раз). Ходьба в полуприседе с набивными мячами (50–100 м).

**Соревнования.** Принять участие в трех соревнованиях.

#### **Группа пятого года обучения**

**Теория.** Правила игры. Жесты судей. Участие в судействе соревнований.

#### **Техническая подготовка.**

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Совершенствование поворотов без мяча и с мячом. Совершенствование стойки игрока, перемещение в стойке боком, развернувшись спиной вперед, лицом. Совершенствование остановки двумя шагами и прыжком.

Совершенствование техники ведения мяча. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления. Ведение с активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой ловли и передачи мяча. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Ловля высоколетящих мячей. Ловля мяча после отскока от щита. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя – от груди, с отскоком от пола, двумя – от головы. Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с активным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Бросок после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней и дальней дистанции в прыжке. Штрафной бросок. Бросок двумя руками снизу после ведения. Добивание мяча после отскока от щита. Бросок полукрюком, крюком.

Закрепление техники и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

#### **Тактическая подготовка.**

Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2: 2, 3: 3, 4: 4, 5: 5. Нападение быстрым прорывом (1: 0), (2: 1), (3: 2). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух игроков в защите и нападении через заслон. Позиционная игра против зонной защиты. Двусторонняя игра.

Освоение индивидуальных и командных защитных действий. Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия (1: 1) (1: 2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Борьба за отскок от щита. Зонная защита 3: 2, 2: 3.

#### **Общефизическая подготовка.**

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых. То же, что и во второй год обучения.

**Соревнования.** Принять участие в трех соревнованиях.

#### **Планируемые результаты**

В конце изучения программы, занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в баскетбол. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

К моменту завершения программы, обучающиеся должны:

#### **Знать**

- состояние и развитие баскетбола в России;
- основы правил соревнований по баскетболу;
- основы техники и тактики игры;
- основы технической и тактической подготовки;
- спортивную терминологию;
- основные приемы закаливания.

#### **Уметь**

- выполнять технические приемы баскетболиста;
- навыками передвижения с мячом, передач мяча, скоростного ведения мяча, бросков с дистанции.

**Развить** качества личности

- воспитать стремление к здоровому образу жизни;
- повысить общую и специальную выносливость учащихся;
- развить коммуникабельность учащихся, умение работать и жить в коллективе;
- развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, к городу, стране.

**Группа первого года обучения (35 часов)**

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Основы знаний	4
2	Специальная подготовка техническая	9
3	Специальная подготовка тактическая	6
4	ОФП	6
5	Соревнования	10

**Группа второго года обучения (35 часов)**

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Основы знаний	4
2	Специальная подготовка техническая	9
3	Специальная подготовка тактическая	6
4	ОФП	6
5	Соревнования	10

**Группа третьего года обучения (70 часов)**

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Основы знаний	3
2	Специальная подготовка техническая	27
3	Специальная подготовка тактическая	20
4	ОФП	10
5	Соревнования	10

**Группа четвертого года обучения (70 часов)**

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Основы знаний	3
2	Специальная подготовка техническая	27
3	Специальная подготовка тактическая	20
4	ОФП	10
5	Соревнования	10

**Группа пятого года обучения (140 часов)**

№ п/п	Содержание	Кол-во часов
-------	------------	--------------

1	Основы знаний	10
2	Специальная подготовка техническая	54
3	Специальная подготовка тактическая	40
4	ОФП	20
5	Соревнования	16

### Тематическое планирование первого года обучения

№ ур ок а	Наименование раздела и тем учебных занятий	Кол-во часов	Дата	Форма организации учебных занятий	Виды контроля
1	Физическая культура и спорт в России. История возникнов. баскетбола.	1		Лекция	текущий
2	Сведения о строении и функциях организма.	1		Сведения о строении и функциях организма.	текущий
3	Баскетбольные стойки. (Высокая, средняя, низкая) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	1		Баскетбольные стойки. (Высокая, средняя, низкая) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	текущий
4	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	1		Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	текущий
5	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
6	Передача и ловля мяча.	1		Передача и ловля мяча.	текущий
7	Контрольные игры и испытания.	1		Контрольные игры и испытания.	текущий
8	Броски мяча по кольцу.	1		Броски мяча по кольцу.	текущий
9	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
10	Броски одной рукой.	1		Броски одной рукой.	текущий
11	Ведение с броском по кольцу.	1		Ведение с броском по кольцу.	текущий
12	Обводка	1		Обводка	текущий
13	Добивание мяча.	1		Добивание мяча.	текущий
14	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
15	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий



16	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
17	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	1		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий
18	Учебная Игра	1		Игра	текущий
19	Верхняя подача.	1		Верхняя подача.	текущий
20	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
21	Индивидуальные действие.	1		Индивидуальные действие.	текущий
22	Подвижные игры и эстафеты.	1		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
23	Позиционное нападение.	1		Позиционное нападение.	текущий
24	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	
25	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	
26	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
27	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
28	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
29	Игра баскетбол	1		Игра баскетбол	текущий
30	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
31	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
32	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
33	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
34	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
35	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий

## Тематическое планирование второго года обучения

<b>№ ур ок а</b>	<b>Наименование раздела и тем учебных занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>	<b>Форма организации учебных занятий</b>	<b>Виды контроля</b>
1	Физическая культура и спорт в России. История возникнов. баскетбола.	1		Лекция	текущий
2	Сведения о строении и функциях организма.	1		Сведения о строении и функциях организма.	текущий
3	Баскетбольные стойки. (Высокая, средняя, низкая) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	1		Баскетбольные стойки. (Высокая, средняя, низкая) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	текущий
4	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	1		Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	текущий
5	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
6	Передача и ловля мяча.	1		Передача и ловля мяча.	текущий
7	Контрольные игры и испытания.	1		Контрольные игры и испытания.	текущий
8	Броски мяча по кольцу.	1		Броски мяча по кольцу.	текущий
9	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
10	Броски одной рукой.	1		Броски одной рукой.	текущий
11	Ведение с броском по кольцу.	1		Ведение с броском по кольцу.	текущий
12	Обводка	1		Обводка	текущий
13	Добивание мяча.	1		Добивание мяча.	текущий
14	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
15	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
16	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий

17	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	1		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий
18	Учебная Игра	1		Игра	текущий
19	Верхняя подача.	1		Верхняя подача.	текущий
20	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
21	Индивидуальные действие.	1		Индивидуальные действие.	текущий
22	Подвижные игры и эстафеты.	1		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
23	Позиционное нападение.	1		Позиционное нападение.	текущий
24	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	
25	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	
26	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
27	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
28	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
29	Игра баскетбол	1		Игра баскетбол	текущий
30	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
31	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
32	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
33	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
34	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий
35	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий

**Тематическое планирование третьего года обучения**

<b>№ урока</b>	<b>Наименование раздела и тем учебных занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>	<b>Форма организации учебных занятий</b>	<b>Виды контроля</b>
1	Физическая культура и спорт в России. История возникнов. баскетбола.	1		Лекция	текущий
2	Сведения о строении и функциях организма.	1		Сведения о строении и функциях организма.	текущий
3	Баскетбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая ) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	1		Баскетбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая ) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	текущий
4	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	1		Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	текущий
5	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
6	Передача и ловля мяча.	1		Передача и ловля мяча.	текущий
7	Контрольные игры и испытания.	1		Контрольные игры и испытания.	текущий
8	Броски мяча по кольцу.	1		Броски мяча по кольцу.	текущий
9	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
10	Броски одной рукой.	1		Броски одной рукой.	текущий
11	Ведение с броском по кольцу.	1		Ведение с броском по кольцу.	текущий
12	Обводка	1		Обводка	текущий
13	Добивание мяча.	1		Добивание мяча.	текущий
14	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
15	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
16	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
17	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	1		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий

18	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
19	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
20	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	текущий
21	Учебная Игра	1		Игра	текущий
22	Верхняя подача.	1		Верхняя подача.	текущий
23	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
24	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
25	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
26	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
27	Финты, обводки, заслоны..	1		Финты, обводки, заслоны..	текущий
28	Индивидуальные действие.	1		Индивидуальные действие.	текущий
29	Подвижные игры и эстафеты.	1		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
30	Позиционное нападение.	1		Позиционное нападение.	текущий
31	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
32	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
33	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
34	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	текущий
35	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
36	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
37	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
38	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
39	Передача и ловля мяча.	1		Передача и ловля мяча.	текущий
40	Контрольные игры и испытания.	1		Контрольные игры и испытания.	текущий

41	Броски мяча по кольцу.	1		Броски мяча по кольцу.	текущий
42	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
43	Броски одной рукой.	1		Броски одной рукой.	текущий
44	Ведение с броском по кольцу.	1		Ведение с броском по кольцу.	текущий
45	Обводка	1		Обводка	текущий
46	Добивание мяча.	1		Добивание мяча.	текущий
47	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
48	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
49	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
50	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	1		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий
51	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
52	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
53	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	текущий
54	Игра	1		Игра	текущий
55	Верхняя подача.	1		Верхняя подача.	текущий
56	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
57	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
58	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
59	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
60	Финты, обводки, заслоны..	1		Финты, обводки, заслоны..	текущий
61	Индивидуальные действие.	1		Индивидуальные действие.	текущий
62	Подвижные игры и эстафеты.	1		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
63	Позиционное нападение.	1		Позиционное нападение.	текущий

64	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
65	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
66	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
67	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
68	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
69	Игра баскетбол	1		Игра баскетбол	текущий
70	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий

#### Тематическое планирование четвертого года обучения

<b>№ урока</b>	<b>Наименование раздела и тем учебных занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>	<b>Форма организации учебных занятий</b>	<b>Виды контроля</b>
1	Физическая культура и спорт в России. История возникнов. баскетбола.	1		Лекция	текущий
2	Сведения о строении и функциях организма.	1		Сведения о строении и функциях организма.	текущий
3	Баскетбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая ) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	1		Баскетбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая ) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	текущий
4	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	1		Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	текущий
5	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
6	Передача и ловля мяча.	1		Передача и ловля мяча.	текущий
7	Контрольные игры и испытания.	1		Контрольные игры и испытания.	текущий
8	Броски мяча по кольцу.	1		Броски мяча по кольцу.	текущий
9	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
10	Броски одной рукой.	1		Броски одной рукой.	текущий
11	Ведение с броском по кольцу.	1		Ведение с броском по кольцу.	текущий
12	Обводка	1		Обводка	текущий
13	Добивание мяча.	1		Добивание мяча.	текущий
14	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
15	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
16	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
17	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	1		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий



18	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
19	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
20	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	текущий
21	Учебная Игра	1		Игра	текущий
22	Верхняя подача.	1		Верхняя подача.	текущий
23	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
24	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
25	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
26	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
27	Финты, обводки, заслоны..	1		Финты, обводки, заслоны..	текущий
28	Индивидуальные действие.	1		Индивидуальные действие.	текущий
29	Подвижные игры и эстафеты.	1		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
30	Позиционное нападение.	1		Позиционное нападение.	текущий
31	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
32	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
33	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
34	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	текущий
35	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
36	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
37	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
38	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
39	Передача и ловля мяча.	1		Передача и ловля мяча.	текущий
40	Контрольные игры и испытания.	1		Контрольные игры и испытания.	текущий

41	Броски мяча по кольцу.	1		Броски мяча по кольцу.	текущий
42	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
43	Броски одной рукой.	1		Броски одной рукой.	текущий
44	Ведение с броском по кольцу.	1		Ведение с броском по кольцу.	текущий
45	Обводка	1		Обводка	текущий
46	Добивание мяча.	1		Добивание мяча.	текущий
47	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
48	Позиционное нападение и защита.	1		Позиционное нападение и защита.	текущий
49	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
50	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	1		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий
51	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
52	Взаимодействие игроков через заслон.	1		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
53	Быстрый прорыв.	1		Быстрый прорыв.	текущий
54	Игра	1		Игра	текущий
55	Верхняя подача.	1		Верхняя подача.	текущий
56	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
57	“Отдай выйди”.	1		“Отдай выйди”.	текущий
58	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
59	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
60	Финты, обводки, заслоны..	1		Финты, обводки, заслоны..	текущий
61	Индивидуальные действие.	1		Индивидуальные действие.	текущий
62	Подвижные игры и эстафеты.	1		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
63	Позиционное нападение.	1		Позиционное нападение.	текущий

64	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
65	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
66	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
67	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
68	Оценка игровых достижений.	1		Оценка игровых достижений.	текущий
69	Игра баскетбол	1		Игра баскетбол	текущий
70	Игра баскетбол	1		Практическое занятие	текущий

**Тематическое планирование пятого года обучения**

<b>№ урока</b>	<b>Наименование раздела и тем учебных занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>	<b>Форма организации учебных занятий</b>	<b>Виды контроля</b>
1-2	Физическая культура и спорт в России. История возникновения баскетбола.	2		Лекция	текущий
3-4	Сведения о строении и функциях организма.	2		Сведения о строении и функциях организма.	текущий
5-6	Баскетбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая ) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	2		Баскетбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая ) Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	текущий
7-8	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	2		Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	текущий
9-10	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	2		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
11-12	Передача и ловля мяча.	2		Передача и ловля мяча.	текущий
13-14	Контрольные игры и испытания.	2		Контрольные игры и испытания.	текущий
15-16	Броски мяча по кольцу.	2		Броски мяча по кольцу.	текущий
17-18	Прыжковые упражнения: имитация броска.	2		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
19-20	Броски одной рукой.	2		Броски одной рукой.	текущий
21-22	Ведение с броском по кольцу.	2		Ведение с броском по кольцу.	текущий
23-24	Обводка	2		Обводка	текущий
25-26	Добивание мяча.	2		Добивание мяча.	текущий
27-28	Позиционное нападение и защита.	2		Позиционное нападение и защита.	текущий
29-30	Позиционное нападение и защита.	2		Позиционное нападение и защита.	текущий
31-32	Взаимодействие игроков через заслон.	2		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
33-34	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	2		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий

35-36	Взаимодействие игроков через заслон.	2		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
37-38	Взаимодействие игроков через заслон.	2		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
39-40	Быстрый прорыв.	2		Быстрый прорыв.	текущий
41-42	Учебная Игра	2		Игра	текущий
43-44	Верхняя подача.	2		Верхняя подача.	текущий
45-46	“Отдай выйди”.	2		“Отдай выйди”.	текущий
47-48	“Отдай выйди”.	2		“Отдай выйди”.	текущий
49-50	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
51-52	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
53-54	Финты, обводки, заслоны..	2		Финты, обводки, заслоны..	текущий
55-56	Индивидуальные действие.	2		Индивидуальные действие.	текущий
57-58	Подвижные игры и эстафеты.	2		Подвижные игры и эстафеты.	текущий
59-60	Позиционное нападение.	2		Позиционное нападение.	текущий
61-62	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
63-64	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
65-66	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
67-68	Быстрый прорыв.	2		Быстрый прорыв.	текущий
69-70	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
71-72	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
73-74	Оценка игровых достижений.	2		Оценка игровых достижений.	текущий
75-76	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	2		Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	текущий
77-78	Передача и ловля мяча.	2		Передача и ловля мяча.	текущий
79-80	Контрольные игры и испытания.	2		Контрольные игры и испытания.	текущий

81-82	Броски мяча по кольцу.	2		Броски мяча по кольцу.	текущий
83-84	Прыжковые упражнения: имитация броска.	2		Прыжковые упражнения: имитация броска.	текущий
85-86	Броски одной рукой.	2		Броски одной рукой.	текущий
87-88	Ведение с броском по кольцу.	2		Ведение с броском по кольцу.	текущий
89-90	Обводка	2		Обводка	текущий
91-92	Добивание мяча.	2		Добивание мяча.	текущий
93-94	Позиционное нападение и защита.	2		Позиционное нападение и защита.	текущий
95-96	Позиционное нападение и защита.	2		Позиционное нападение и защита.	текущий
97-98	Взаимодействие игроков через заслон.	2		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
99-100	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	2		Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища. Передвижения игрока.	текущий
101-102	Взаимодействие игроков через заслон.	2		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
103-104	Взаимодействие игроков через заслон.	2		Взаимодействие игроков через заслон.	текущий
105-106	Быстрый прорыв.	2		Быстрый прорыв.	текущий
107-108	Игра	2		Игра	текущий
109-110	Верхняя подача.	2		Верхняя подача.	текущий
111-112	“Отдай выйди”.	2		“Отдай выйди”.	текущий
113-114	“Отдай выйди”.	2		“Отдай выйди”.	текущий
115-116	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
117-118	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
119-120	Финты, обводки, заслоны..	2		Финты, обводки, заслоны..	текущий
121-122	Индивидуальные действие.	2		Индивидуальные действие.	текущий
123-124	Подвижные игры и эстафеты.	2		Подвижные игры и эстафеты.	текущий

125-126	Позиционное нападение.	2		Позиционное нападение.	текущий
127-128	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
129-130	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
131-132	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
133-134	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	2		Игра баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
135-136	Оценка игровых достижений.	2		Оценка игровых достижений.	текущий
137-138	Игра баскетбол	2		Игра баскетбол	текущий
139-140	Игра баскетбол	2		Практическое занятие	текущий

### **Оценочные материалы**

Уровень усвоения знаний, умений и навыков выявляются в ходе внутришкольных и выездных соревнований с последующим обсуждением результатов каждого обучающегося.

### **Материально - техническое обеспечение курса:**

1. Баскетбольные кольца
2. Баскетбольные мячи
3. Спорт.инвентарь

### **Список используемой литературы**

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации. Просвещение 2011.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
4. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002 г.