

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ермаковская средняя общеобразовательная школа №2»

ПРИНЯТО на заседании МС
Протокол № 53 от 31 августа 2023 г.
Зам. директора по ВР
Ю.М. Михайлова Ю.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор М.В. Тиунова
Тиунова М.В.
Приказ № 01-05-218 от 31 августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Баскетбол» в 5-9 классе
(наименование учебного курса, предмета, дисциплины модуля)

Туксин Кирилл Сергеевич
(Ф.И.О. учителя-разработчика)

2023 – 2024 учебный год

Пояснительная записка

1.2. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон № 273 от 29.12.2012 года «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерством Просвещения России от 3.09.2019 № 467.
- СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года.
- Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Устав образовательной организации.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

Баскетбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей

Образовательная программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. По уровню освоения программа имеет начальный уровень подготовки, по времени реализации годичная.

Актуальность программы : баскетбол – игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся баскетболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное, физическое развитие, формируются такие положительные черты характера, как умение подчинять личные интересы, интересам коллектива, взаимопомощь, активность, чувство ответственности, также занятия баскетболом – благодатная почва для развития координационных и кондиционных качеств и двигательных умений школьников.

Новизной программы: заключается в том, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление об игре в баскетбол, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут самостоятельно играть в баскетбол, а также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

1.2. Цель и задачи программы:

Цель обучения: формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в баскетбол и ее основными правилами.

Задачи:

Предметные:

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Метапредметные;

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

Личностные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;

- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Отличительной особенностью данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в баскетбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Адресат программы: Программа предназначена для детей 10- 15 лет.

Срок реализации программы.

Учащиеся посещают объединение 2 раза в неделю. Занятия проводятся во второй половине дня.

Продолжительность занятий 1 час.

Начало занятий -.

Окончание занятий -

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) - 34недель.

Объем учебных часов за год обучения - 68 часов

Режим работы: 2 раза в неделю по 1 часу

Формы занятий: При реализации программы используются следующие формы занятий:

Индивидуальная		Групповая	Фронтальная
Индивидуально групповая	-	Соревновательная	Работа по подгруппам (по звеньям)

Основными формами организации занятий являются учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.

Формы организации обучения: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

1.3. Содержание программы:

Учебный план (10-15 лет)

Учебный план секционных занятий по баскетболу.

№	Виды спортивной подготовки	Кол-во часов	Классы		
			5-6	7-8	8-9
1	Теоретическая	6	2	2	2
2	Техническая	72	24	24	24
	2.1.Имитационные упражнения без мяча	6	2	2	2

	2.2.Ловля и передача мяча	18	8	6	4
	2.3. Ведение мяча	18	4	6	8
	2.4. Броски мяча	30	10	10	10
3	Тактическая	42	12	14	16
	3.1. Действия игрока в защите	24	8	8	8
	3.2. Действия игрока в нападении	18	4	6	8
4	Физическая	48	18	16	14
	4.1. Общая подготовка	42	16	14	12
	4.2. Специальная	12	4	4	4
5	Участие в соревнованиях по баскетболу	24	8	8	8
6	Тестирование	12	4	4	4
ИТОГО		204	68	68	68

1.4. Содержание программы учебного плана

Теоретическая подготовка.

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

- 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).
- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка.

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка.

1. Упражнения без мяча.

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
 - с разной скоростью;
 - в одном и в разных направлениях.
- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка.

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Ожидаемый результат:

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению

интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счет включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах и комплексах упражнений с мячом с учетом индивидуального физического развития и подготовленности учащихся и состояния их здоровья.

1.5. Планируемые результаты (прогнозируемый) результат программы «Баскетбол»

Образовательный процесс по общеобразовательной общеразвивающей программе позволяет добиться следующих результатов:

Предметные результаты характеризуют умение и опыт воспитанников, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы дополнительного образования «Баскетбол».

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Личностные результаты:

- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;

- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

Учащиеся должны знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетбола и правила его предупреждения;
- основы судейства игры баскетбол.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетбола, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в школе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое

РАЗДЕЛ II: КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3, приложение №3).

Начало образовательного процесса – ...

Окончание учебного года - ...

Всего по программе -68 часов

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) - 34 недели.

Количество учебных дней: - 68 дней.

Режим работы: 2 раза в неделю по 1 часа.

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	1 год	34	68	68ч	2 раза в неделю по 1 часу

2.2. Формы аттестации (контроля) и оценочные материалы:

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- диагностика уровня сформированности знаний по теории программы;
- контрольное тестирование по итогам обучения, контрольные игры с заданиями, товарищеские встречи, соревнования.

Контрольные тесты (требования к учащимся).

№	Тесты	Класс	Оценка					
			«5»		«4»		«3»	
			М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м.	5-6	10	11	10,5	11,5	11	12
		7	8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8	8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		9	8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3x10м с ведением мяча (сек).	5-6	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		7	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8	8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		9	8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5-6	5	5	4	4	3	3
		7	5	5	4	4	3	3
		8	6	6	5	5	4	4
		9	6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5-6	5	5	4	4	3	3
		7	6	6	5	5	4	4
		8	7	7	6	6	5	5
		9	8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	5-6	19	18	18	17	17	16
		7	20	19	19	18	18	17
		8	21	20	19	18	18	17
		9	22	20	20	19	19	19

2.3. Условия реализации программы

Комплектование групп - свободное. Программа построена таким образом, что ее может освоить любой ребенок, независимо от возраста и способностей. Дополнительные условия реализации программа не нужны.

Материально-технические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы:

Оборудование:

спортивный зал 9х18 метров,

- специальный спортивный зал с вентиляцией, хорошим освещением, - - раздевалка;

- душ необходимым температурным режим.

- мячи баскетбольные (12-15 шт);

- форма для занятий по баскетболу;

- мячи для других игровых видов спорта (футбольные, волейбольные);

- мячи для метания ;

- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);

- гимнастическая стенка "шведская";

- гимнастические скамейки;

- маты гимнастические;

- скакалки;

- гимнастические палки;

- секундомер;

- рулетка;

- канат;

- свисток.

Техническое оснащение: музыкальный центр, компьютер.

Методические материалы: информационное обеспечение программы осуществляется посредством использования фото-, мультимедиа-материалов; интернет-источников и др.

Информационное обеспечение программы осуществляется посредством использования аудио-, видео-, фото-, мультимедиа-материалов; интернет-источников и др.

Дидактическое обеспечение: фонд записи соревнований, записи видео и аудио формата CD, альбомы – презентации по соревнованиям.

Кадровое обеспечение: реализации дополнительной общеобразовательной программы реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории.

Методическое обеспечение и литература.

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2008.

2. Примерная федеральная программа (Матвеев А.П., 2005).

Календарно- тематическое планирование.

1 – год обучения (5-6 класс).

№	Название темы	Дата	
		план	факт
1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	05.09	
2.	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	07.09	
3.	Техника передвижения приставными шагами.	12.09	
4.	Передача мяча двумя руками от груди.	14.09	
5.	Техника передвижения при нападении	19.09	
6.	Способы ловли мяча.	21.09	
7.	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	26.09	
8.	Бросок мяча двумя руками от груди.	28.09	
9.	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	03.10	
10.	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	05.10	
11.	Техника ведения мяча.	10.10	
12.	Ведение мяча с переводом на другую руку.	12.10	
13.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	17.10	
14.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	19.10	
15.	Ловля двумя руками «низкого мяча».	24.10	
16.	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	26.10	
17.	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	07.11	
18.	Контрольные испытания.	09.11	
19.	Командные действия в нападении.	14.11	
20.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	16.11	
21.	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	21.11	
22.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на	23.11	

	площадке.		
23.	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП	28.11	
24.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП	30.11	
25.	Командные действия в нападении.	05.12	
26.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	07.12	
27.	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	12.12	
28.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	14.12	
29.	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки	19.12	
30.	Индивидуальные действия при нападении.	21.12	
31.	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	26.12	
32.	Бросок мяча одной рукой от плеча.	28.12	
33.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	09.01	
34.	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	11.01	
35.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	16.01	
36.	Методы спортивной тренировки. ОФП.	18.01	
37.	Совершенствование техники передачи мяча.	23.01	
38.	Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча.	25.01	
39.	Совершенствование техники передачи мяча.	30.01	
40.	Техническая подготовка юного спортсмена.	01.02	
41.	Тактика защиты.	06.02	
42.	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	08.02	
43.	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	13.02	
44.	Действия одного защитника против двух нападающих.	15.02	
45.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	20.02	
46.	Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.	22.02	
47.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	27.02	

48.	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	29.02	
49.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	05.03	
50.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	07.02	
51.	Переключение от действий в нападении к действиям в защите.	12.03	
52.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	14.03	
53.	Защитные стойки.	19.03	
54.	Защитные передвижения.	21.03	
55.	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	02.04	
56.	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	04.04	
57.	Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	09.04	
58.	Ведение мяча с изменением высоты отскока.	11.04	
59.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	16.04	
60.	Организация командных действий.	18.04	
61.	Бросок мяча одной рукой сверху.	23.04	
62.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	25.04	
63.	Техника овладения мячом.	02.05	
64.	Техника броска мяча одной рукой от плеча.	07.05	
65.	Совершенствование техники ведения мяча.	14.05	
66.	Контрольные испытания. СФП	16.05	
67.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	21.05	
68.	Учебная игра.	23.05	

Календарно – тематическое планирование.

2-й год обучения(7-8 класс).

№	Название темы	Дата	
		план	факт
1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	05.09	
2.	Техника передвижения при нападении.	07.09	

3.	Тактика нападения.	12.09	
4.	Индивидуальные действия без мяча.	14.09	
5.	Контрольные испытания.	19.09	
6.	Учебная игра. ОФП	21.09	
7.	Техника передвижения приставными шагами.	26.09	
8.	Индивидуальные действия при нападении с мячом.	28.09	
9.	Индивидуальные действия при нападении.	03.10	
10.	Учебная игра.	05.10	
11.	Единая спортивная классификация. ОФП	10.10	
12.	Прыжки толчком с двух ног.	12.10	
13.	Специальная физическая подготовка.	17.10	
14-15	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	19.10 24.10	
16.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	26.10	
17.	Учебная игра.	07.11	
18.	Личная и общественная гигиена. ОФП	09.11	
19.	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	14.11	
20.	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	16.11	
21.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	21.11	
22.	Учебная игра.	23.11	
23.	Закаливание организма спортсмена. ОФП	28.11	
24.	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	30.11	
25-26.	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	05,07.12	
27-28.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	12.12 14.12	
29-30.	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	19.12 21.12	

31.	Контрольные испытания.	26.12	
32.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	28.12	
33.	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	09.01	
34.	Командные действия в нападении.	11.01	
35.	Многократное выполнение технических приемов.	16.01	
36.	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	18.01	
37.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	23.01	
38.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	25.01	
39.	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	30.01	
40.	СФП	01.02	
41.	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.	06.02	
42.	ОФП	08.02	
43.	Бросок мяча одной рукой от плеча.	13.02	
44.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	15.02	
45.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	20.02	
46.	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП	22.02	
47.	Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра.	27.02	
48.	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	29.02	
49.	Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия.	05.03	
50.	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	07.02	
51.	Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра.	12.03	
52.	Методы спортивной тренировки. ОФП	14.03	

53.	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП	19.03	
54.	Ведение мяча с переводом на другую руку.	21.03	
55.	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча.	02.04	
56.	Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов.	04.04	
57.	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	09.04	
58.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	11.04	
59.	Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра.	16.04	
60.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	18.04	
61.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	23.04	
62.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	25.04	
63.	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	02.05	
64.	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	07.05	
65.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	14.05	
66.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	16.05	
67.	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	21.05	
68.	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	23.05	

Календарно – тематическое планирование.

3-й год обучения(8-9 класс).

№	Название темы	Дата	
		план	факт

1.	Единая спортивная классификация. ОФП	05.09	
2.	Совершенствование техники передвижения при нападении.	07.09	
3.	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	12.09	
4.	Контрольные испытания. Учебная игра.	14.09	
5.	Костно- мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами.	19.09	
6.	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.	21.09	
7.	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	26.09	
8.	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП	28.09	
9.	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	03.10	
10.	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	05.10	
11.	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	10.10	
12.	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	12.10	
13.	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	17.10	
14.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	19.10	
15.	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	24.10	
16.	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	26.10	
17.	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	07.11	
18.	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	09.11	
19.	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	14.11	
20.	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	16.11	

21.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	21.11	
22.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	23.11	
23.	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	28.11	
24.	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	30.11	
25.	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	05.12	
26.	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	07.12	
27.	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	12.12	
28.	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	14.12	
29.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	19.12	
30.	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча.	21.12	
31.	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	26.12	
32.	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	28.12	
33.	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	09.01	
34.	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	11.01	
35.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	16.01	
36.	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	18.01	
37.	Формы организации занятий в спортивной	23.01	

	тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.		
38.	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	25.01	
39.	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	30.01	
40.	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	01.02	
41.	Контрольные испытания. Учебная игра.	06.02	
42.	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	08.02	
43.	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	13.02	
44.	Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП	15.02	
45.	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	20.02	
46.	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	22.02	
47.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	27.02	
48.	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	29.02	
49.	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	05.03	
50.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	07.02	
51.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	12.03	
52.	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП	14.03	
53.	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	19.03	
54.	Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.	21.03	

55.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	02.04	
56.	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	04.04	
57.	Совершенствование техники ведения мяча.	09.04	
58.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	11.04	
59.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	16.04	
60.	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	18.04	
61.	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	23.04	
62.	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	25.04	
63.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	02.05	
64.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	07.05	
65.	Совершенствование техники бросков мяча.	14.05	
66.	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.	16.05	
67.	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	21.05	
68.	Итоги прошедшего спортивного года. Учебная игра.	23.05	
ИТОГО:		68ч	