**Департамент Смоленской области по образованию и науке**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя школа №8 г. Ярцево Смоленской области**

|  |  |
| --- | --- |
| Согласована  заместителем директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н.П.Баринова  27.08.2024г. | Утверждена  приказом директора  МБОУ СШ № 8 г. Ярцево  Смоленской области  №70 от 29.08.2024г. |

Дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая программа

спортивно - оздоровительной направленности

**«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:

Бабаян Лусинэ Ивановна,

тренер - преподаватель

2024 – 2025 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее Программа) «Баскетбол» в контексте нормативных документов:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ

- Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минпрос РФ от 27.07.2022. № 629)

- Об утверждении санитарных правил СН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление от 28 сентября 2020 г. № 28)

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года

-Устав образовательной организации

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки РФ «О направлении информации» от 18 ноября 2015 г. N 09- 3242)

- Минпросвещения России от 31.01.2022 N ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций"(вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий").

- Основная образовательная программа ООО МБОУ СШ № 8 г.Ярцево Смоленской обл.

В. И. Лях, А. А. Зданевич «Программа по физической культуре» - М.: Просвещение, 2012.

Содержание общеобразовательной программы адаптировано к потребностям конкретного ребенка, проявившего выдающиеся способности, с ограниченными возможностями здоровья, находящегося в трудной жизненной ситуации и обучающегося, проживающего в сельской местности.

Вовлечение детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательный процесс обеспечивает условия для успешной социализации и создания равных стартовых возможностей обучающихся.

В процессе реализации программы создаются педагогические условия для оптимального развития одаренных детей, включая детей, чья одаренность на настоящий момент может быть еще не проявилась, а также детей, в отношении которых есть серьезная надежда на дальнейший качественный скачок в развитии их способностей.

Выявление и развитие одаренных детей осуществляется на основе итогов конкурсов, выставок и иных соревновательных мероприятий, достигнутых практических результатов в основных областях деятельности.

Освоение части содержания курса в случае необходимости возможно с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в следующих формах: онлайн – лекция, онлайн – консультация, онлайн – урок, дистанционные занятия на цифровых образовательных ресурсах: ЯКласс, Учи.ру, РЭШ.

Программа по баскетболу является модифицированной.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что  у  девушек старших классов появилась потребность в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

**Новизной** решения данной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы девушка формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.   Программа рассчитана на 136 учебных часов в год, количество часов в неделю – 4.

В ней прослеживается  углубленное изучение данного вида спорта с расширенным применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, овладением техникой двигательных действий и тактическими приемами по данной специализации. Заниматься в секции могут школьницы, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Основная задача руководителя спортивной секции – всестороннее развитие учащихся в процессе овладения физической культурой. Она решается руководителем секции на основе изучения каждого занимающегося, прогнозирования его развития и комплексного воздействия на формирование личности в учебном коллективе. Это осуществляется при обязательном врачебно-педагогическом контроле в процессе обучения. Руководителем секции систематически отслеживается реакция учащихся на предлагаемую нагрузку, проводится наблюдение за самочувствием девушек и выявление признаков утомления и перенапряжения. В процессе обучения школьницам прививаются умения и навыки: гигиена спортивной одежды и обуви, гигиена питания, режима дня, техника безопасности и самоконтроль.

***Цель программы:***развитие физических качеств, совершенствование двигательных умений и навыков в игре в баскетбол, подготовка юных спортсменок для реализации своих достижений в соревновательной деятельности.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных ***задач*:**

* развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
* обучение основам техники и тактики игры;
* приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований.
* укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
* воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
* содействие воспитанию нравственных и волевых качеств;
* освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

 Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что  она состоит из трех разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности,  физическое совершенствование со спортивной  направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

Набор в секцию данной направленности производится по следующим параметрам: наличие способностей, базовых знаний и желание учащихся совершенствовать свои умения и навыки в игре баскетбол.

**Формы и методы**, используемые для организации учебного процесса:

- методы обучения: практический, словесный, наглядного восприятия;

- способы выполнения упражнений: одновременный, поточный, поочередный;

**Формы** организации занятий: фронтальный, групповой, индивидуальный.

В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов воспитанников, участие в школьных и городских соревнованиях. Запланированы воспитательные задачи: приучение к сознательной дисциплине, воспитывать такие качества, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе.

Учитель физической культуры, реализующий данную программу, ориентирует свою деятельность на такие важные компоненты как: воспитание моральных и волевых качеств; формирование гуманистических отношений; приобретение опыта общения; формирование потребности и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями; воспитание целостной ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.

Форма подведения итогов: начальная, промежуточная, итоговая. Журнал оценки результатов.

**Ожидаемые результаты освоения программы**

***Ученик  будет:***

*Знать:*

* работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека.
* основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол.  Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
* гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.
* способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

*Уметь:*

* выполнять передачу мяча одной рукой снизу. Передачу мяча одной рукой сбоку.
* выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой.
* броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной и двумя руками от головы.
* вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.
* применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а так же применять  индивидуальные, групповые  и командные действия в защите в игре баскетбол.

*Использовать:*

* приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий  спортом в активный отдых и досуг.

***Учащиеся будут уметь демонстрировать***

* броски по кольцу с расстояния 1 м.
* броски со средних и дальних дистанций.
* броски по кольцу после ведения.
* передачи мяча в парах.
* передачи мяча в движении.
* обводка стоек.
* передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
* штрафной бросок.

**Методики для выявления и развития детей с выдающимися способностями:**

Определение уровня проявления способностей ребенка (Сизанов А.Н.).

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы  аттестации/контроля |
|  |  | Всего | Теория | Практика |  |
| 1 | Знания о спортивно-оздоровительной деятельности | 2 | 1 | 1 |  |
| 2 | Влияние физических упражнений на организм человека. Самоконтроль. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 3 | Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Жесты судей. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 4 | Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек. Учебная игра. | 2 |  | 2 |  |
| 5 | Перемещения из различных исходных положений, учебно-тренировочная игра | 2 |  | 2 |  |
| 6 | Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра. | 2 |  | 2 | индивидуальный |
| 7 | Перемещения из различных исходных положений, учебно-тренировочная игра | 2 |  | 2 |  |
| 8 | Техника передвижения при нападении | 2 | 0,5 | 1,5 |  |
| 9 | Контрольные испытания | 2 |  | 2 | индивидуальный |
| 10 | Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, ловля и передача мяча на месте и в движении. | 2 |  | 2 |  |
| 11 | Перемещения из различных исходных положений. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 | игра |
| 12 | Ловля и передача мяча на месте и в движении. | 2 |  | 2 |  |
| 13 | Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 |  |
| 14 | Броски в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями. | 2 |  | 2 | групповой |
| 15 | Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 |  |
| 16 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Работа сердечно-сосудистой системы. Особенности полового созревания у девочек Понятие о телосложении человека. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 17 | Ведение мяча с изменением направления и с заданиями. Броски в кольцо из различных точек. | 2 |  | 2 |  |
| 18 | Ловля и передача мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 | игра |
| 19 | Владение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. | 2 | 1 | 1 |  |
| 20 | Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи на месте и в движении в парах 1-2 мячей. Различные ведения. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 |  |
| 21 | Участие в городских соревнованиях | 2 |  | 2 | соревнование |
| 22 | Участие в городских соревнованиях | 2 |  | 2 | соревнование |
| 23 | Действия игроков в нападении и защите. | 2 | 0,5 | 1,5 |  |
| 24 | Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 | игра |
| 25 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Многократное выполнение технических приемов | 2 | 0,5 | 1,5 | индивидуальный |
| 26 | . Действия игроков в нападении и защите. | 2 |  | 2 |  |
| 27 | Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  | 2 |  |
| 28 | Участие в городских соревнованиях | 2 |  | 2 | соревнование |
| 29 | Участие в городских соревнованиях | 2 |  | 2 |  |
| 30 | Участие в городских соревнованиях | 2 |  | 2 |  |
| 31 | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Бросок мяча одной рукой от плеча | 2 |  | 2 | индивидуальный |
| 32 | Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2 | 2 |  | 2 |  |
| 33 | Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2 | 2 |  | 2 |  |
| 34 | Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2 | 2 |  | 2 | групповой |
| 35 | Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра | 2 |  | 2 |  |
| 36 | Броски в кольцо из различных точек. Действия игроков 1х1, 2х2 | 2 |  | 2 |  |
| 37 | Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков. | 2 |  | 2 | индивидуальный |
| 38 | Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков. | 2 |  | 2 |  |
| 39 | Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Передвижение в защитной стойке назад, вперед, в сторону. | 2 | 0,5 | 1,5 | групповой |
| 40 | Броски в кольцо в движении. Индивидуальные действия игроков. | 2 |  | 2 |  |
| 41 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | 2 |  | 2 | игра |
| 42 | Броски в кольцо в движении. Действия игроков в нападении и защите. | 2 |  | 2 |  |
| 43 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке | 2 |  | 2 |  |
| 44 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | 2 |  | 2 | игра |
| 45 | Броски в кольцо в движении. Действия игроков в нападении и защите. | 2 |  | 2 |  |
| 46 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | 2 |  | 2 |  |
| 47 | Выбор места и способа противодействия нападающего без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 48 | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов | 2 |  | 2 |  |
| 49 | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола | 2 |  | 2 |  |
| 50 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | 2 | 1 | 1 | опрос |
| 51 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях | 2 |  | 2 |  |
| 52 | Многократное выполнение технических приемов | 2 |  | 2 | индивидуальный |
| 53 | Участие в соревнованиях | 2 |  | 2 | соревнование |
| 54 | Участие в соревнованиях | 2 |  | 2 |  |
| 55 | Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом. | 2 |  | 2 |  |
| 56 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | 2 |  | 2 | игра |
| 57 | Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом. | 2 |  | 2 |  |
| 58 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | 2 |  | 2 |  |
| 59 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | 2 |  | 2 |  |
| 60 | Совершенствование техники бросков мяча. | 2 |  | 2 |  |
| 61 | Сочетание тактических действий в нападении и защите. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 | групповой |
| 62 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча | 2 |  | 2 |  |
| 63 | Контрольные испытания: передачи мяча в парах, передачи после ведения, обвод стоек, передача и ловля мяча от стены за 30 сек., штрафной бросок. | 2 |  | 2 | индивидуальный |
| 64 | Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4, 5х5. | 2 |  | 2 | игра |
| 65 | Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4, 5х5. | 2 |  | 2 |  |
| 66 | Товарищеские встречи команд  других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований. | 2 | 1 | 1 | соревнование, опрос |
| 67 | Товарищеские встречи команд  других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований. | 2 | 1 | 1 |  |
| 68 | Итоги прошедшего спортивного года. Учебная игра | 2 | 1 | 1 | итоговый |
| Итого | | 136 |  |  |  |

**Содержание программы**

***Раздел 1. Знания о спортивно-оздоровительной деятельности – 4 часов***

*Тема 1. .Влияние физических упражнений на организм занимающихся*

Работа сердечно-сосудистой системы. Особенности полового созревания у девочек.  Понятие о телосложении человека.

*Тема 2. Гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль.*

Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Самоконтроль, из чего он состоит. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

*Тема 3.  Основы методики обучения игре баскетбол. Тренировки.*

Овладение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами.

*Тема 4.  Правила соревнований, их организация и проведение.*

Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол.  Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.  Требования к технике безопасности на занятиях по баскетболу. Проведение соревнований по баскетболу.

***Раздел 2. Физическое совершенствование со спортивной  направленностью -  108 часов***

*!. Общая и специальная физическая подготовка -  26  часа.*

Общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе до 10 минут. Прыжки со скакалкой.

Комбинированные беговые и прыжковые упражнения: с перемещением из различных исходных положений, бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег, эстафеты с быстрым изменением характера,

прыжки на одной и обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания, прыжки с доставанием предмета, прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой, прыжки вверх с подтягиванием коленей.

*2. Основы техники и тактики игры - 84 часов*

Описание технических приемов в передачах мяча, ведении и бросках по кольцу. Описание тактических приемов, взаимодействий.

Ведение мяча правой и левой рукой, переводы мяча вокруг туловища, с обеганием стоек, прыжками, подлезаниями.

Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи в парах одного или двух мячей. Броски мяча в щит после ведения, броски в кольцо после ведения. Броски в кольцо из различных точек, штрафной бросок. Ловля после отскока от щита.

Тактические действия в защите: держание игрока с мячом, вырывание и выбивание мяча, держание игрока с мячом при передачах, при ведении мяча, при броске в корзину. Личная система защиты. Командное нападение. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите. Вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.

Тактические действия в нападении: приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой. Бросок одной и двумя руками в прыжке.

***Раздел 3. Способы спортивно- тренировочной деятельности  - 24часов***

*1.Контрольные  игры и соревнования. - 4 часов*

 Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4. 5х5.

*2. Контрольные испытания.- 4 часа*

* броски по кольцу с расстояния 1 м.
* броски со средних и дальних дистанций.
* броски по кольцу после ведения.
* передачи мяча в парах.
* передачи мяча в движении.
* обводка стоек.
* передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
* штрафной бросок.

*3. Соревновательная деятельность. Судейская и инструкторская практика.-  16 часа*

 Посещение спорткомплекса ДЮСШ.

Товарищеские встречи команд  других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.

Участие в соревнованиях по баскетболу в зачет городской спартакиады школьников.

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Число | Время  проведения  занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место  проведения | Форма  контроля |
| 1 | сентябрь | 2 | 16.00-17.30 | беседа | 2 | Знания о спортивно-оздоровительной деятельности | Спорт.зал | опрос |
| 2 |  | 7 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Влияние физических упражнений на организм человека. Самоконтроль. | Спорт.зал | опрос, игра |
| 3 |  | 9 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Жесты судей. | Спорт.зал | опрос,игра |
| 4 |  | 14 | 16.00-17-30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек. Учебная игра. | Спорт.зал | игра |
| 5 |  | 16 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Перемещения из различных исходных положений, учебно-тренировочная игра | Спорт.зал | игра |
| 6 |  | 21 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочая | 2 | Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра. | Спорт.зал | игра |
| 7 |  | 23 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Перемещения из различных исходных положений, учебно-тренировочная игра | Спорт.зал | игра |
| 8 |  | 28 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Техника передвижения при нападении | Спорт.зал | игра |
| 9 |  | 30 | 16.00-17.30 | Контрольно-тренировочная | 2 | Контрольные испытания | Спорт.зал | тестирование |
| 10 | октябрь | 5 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, ловля и передача мяча на месте и в движении. | Спорт.зал | игра |
| 11 |  | 7 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Перемещения из различных исходных положений. Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 12 |  | 12 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ловля и передача мяча на месте и в движении. | Спорт.зал | игра |
| 13 |  | 19 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 14 |  | 21 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями. | Спорт.зал | игра |
| 15 |  | 26 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 16 |  | 28 | 16.00-17.30 | беседа | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Работа сердечно-сосудистой системы. Особенности полового созревания у девочек Понятие о телосложении человека. | Спорт.зал | опрос |
| 17 | ноябрь | 2 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ведение мяча с изменением направления и с заданиями. Броски в кольцо из различных точек. | Спорт.зал | игра |
| 18 |  | 9 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ловля и передача мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении. Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 19 |  | 11 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Владение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. | Спорт.зал | игра |
| 20 |  | 16 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи на месте и в движении в парах 1-2 мячей. Различные ведения. Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 21 |  | 18 | 16.00-17.30 | соревновательная | 2 | Участие в городских соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 22 |  | 23 | 16.00-17.30 | соревновательная | 2 | Участие в городских соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 23 |  | 30 | 16.00-17.30 | Учебно- тренировочная | 2 | Действия игроков в нападении и защите. | Спорт.зал | игра |
| 24 | декабрь | 2 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 25 |  | 7 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Многократное выполнение технических приемов | Спорт.зал | индивидуальный |
| 26 |  | 9 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | . Действия игроков в нападении и защите. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 27 |  | 14 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра. | Спорт.зал | игра |
| 28 |  | 16 | 16.00-17.30 | Соревновательная | 2 | Участие в городских соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 29 |  | 21 | 16.00-17.30 | соревновательная | 2 | Участие в городских соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 30 |  | 23 | 16.00-17.30 | соревновательная | 2 | Участие в городских соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 31 |  | 28 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Бросок мяча одной рукой от плеча | Спорт.зал | индивидуальный |
| 32 |  | 30 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2 | Спорт.зал | игра |
| 33 | январь | 11 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2 | Спорт.зал | игра |
| 34 |  | 13 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2 | Спорт.зал | игра |
| 35 |  | 18 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра | Спорт.зал | игра |
| 36 |  | 20 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски в кольцо из различных точек. Действия игроков 1х1, 2х2 | Спорт.зал | игра |
| 37 |  | 25 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 38 |  | 27 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 39 | февраль | 1 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Передвижение в защитной стойке назад, вперед, в сторону. | Спорт.зал | групповая |
| 40 |  | 3 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски в кольцо в движении. Индивидуальные действия игроков. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 41 |  | 8 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | Спорт.зал | игра |
| 42 |  | 10 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная ровочная | 2 | Броски в кольцо в движении. Действия игроков в нападении и защите. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 43 |  | 15 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке | Спорт.зал | индивидуальный |
| 44 |  | 17 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | Спорт.зал | игра |
| 45 |  | 22 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Броски в кольцо в движении. Действия игроков в нападении и защите. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 46 | март | 1 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | Спорт.зал | игра |
| 47 |  | 3 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающего без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | Спорт.зал | Опрос,игра |
| 48 |  | 10 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов | Спорт.зал | индивидуальный |
| 49 |  | 15 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола | Спорт.зал | индивидуальный |
| 50 |  | 17 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спорт.зал | опрос,групповая |
| 51 |  | 22 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях | Спорт.зал | индивидуальный |
| 52 |  | 24 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Многократное выполнение технических приемов | Спорт.зал | индивидуальный |
| 53 |  | 29 | 16.00-17.30 | соревновательная | 2 | Участие в соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 54 |  | 31 | 16.00-17.30 | соревновательная | 2 | Участие в соревнованиях | Спорт.зал | соревнование |
| 55 | апрель | 5 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 56 |  | 7 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий | Спорт.зал | игра |
| 57 |  | 12 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 58 |  | 19 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 59 |  | 21 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 60 |  | 26 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Совершенствование техники бросков мяча. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 61 |  | 27 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Сочетание тактических действий в нападении и защите. Учебная игра. | Спорт.зал | групповой |
| 62 | май | 3 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча | Спорт.зал |  |
| 63 |  | 10 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Контрольные испытания: передачи мяча в парах, передачи после ведения, обвод стоек, передача и ловля мяча от стены за 30 сек., штрафной бросок. | Спорт.зал | индивидуальный |
| 64 |  | 12 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4, 5х5. | Спорт.зал | игра |
| 65 |  | 17 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4, 5х5. | Спорт.зал | соревнование, опрос |
| 66 |  | 19 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Товарищеские встречи команд  других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований. | Спорт.зал |  |
| 67 |  | 24 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Товарищеские встречи команд  других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований. | Спорт.зал |  |
| 68 |  | 27 | 16.00-17.30 | Учебно-тренировочная | 2 | Итоги прошедшего спортивного года. Учебная игра | Спорт.зал | итоговый |

**Учебно-методическое обеспечение**

**1. Методы обучения**

* *Практические:*

- разучивание по частям;

- разучивание в целом;

- игровой;

- соревновательный.

  Методы использования слова:

  - рассказ;

  - описание;

  - объяснение;

  -  беседа;

  - разбор;

  - задание;

  - указание;

  - оценка;

  - команда;

  - подсчет.

* *Методы наглядного восприятия:*

   - показ;

   - демонстрация (плакатов, рисунков);

   - звуковая и световая сигнализации*.*

**2. Способы выполнения упражнений:** *одновременный, поточный, поочередный.*

**3. Методы организации занятий:** *фронтальный, групповой, индивидуальный.*

**4. Формы подведения итогов*:*** *текущий и итоговый в форме контрольных тестов и упражнений.*

**5. Материально-техническое обеспечение*:*** *спортивный инвентарь и оборудование.*

**Список используемой литературы**

**1.Методическая литература:**

* Л.Б.Кофман, Г.И.Погадаев, «Настольная книга учителя физической культуры», издательство «Физкультура и спорт», 1998 год;
* А.П.Матвеев, Т.В.Петрова, «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре», издательство  «Просвещение», 2000 г.;
* Примерная программа по баскетболу   для детско-юношеских школ. - М. 2004г;

**2.Периодические издания:** журналы «Физическая культура в школе», «Народное образование».