

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ БЕЛОЯРСКОГО РАЙОНА
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА П. СОРУМ»**

Рассмотрена/принята
на Методическом совете
протокол от «31» августа 2023г. №1

Согласовано
Заместитель директора
_____ Л.С. Зейтуньян
«31» августа 2023г.

Утверждена
приказом по школе
от «31» августа 2023г. №466

**Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-оздоровительной направленности**

**«Баскетбол»
на 2023-2024 учебный год**

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Количество часов в неделю: 2 Всего учебных недель: 34

Общее количество часов по программе: 68

Разработчик программы, должность: Тесленко Ольга Ивановна, учитель физической культуры

п. Сорум, 2023 год

Пояснительная записка

Программа физкультурно-спортивной направленности предназначена для организации занятий по баскетболу дополнительного образования школьников.

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы дополнительного образования, новизна:

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе. Вот почему среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы со школьниками баскетбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Новизна:

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Педагогическая целесообразность основана на характеристике подросткового возраста как важнейшего этапа в гармоничном физическом развитии обучающихся. Обучение игре в баскетбол является хорошей основой для физической культуры и проводятся с целью укрепления здоровья и достижения всестороннего физического развития занимающихся, овладения элементами игры баскетбол и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке; приобретения инструкторских навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой.

Отличительные особенности программы

Баскетбол – спортивная командная игра, где каждый игрок взаимодействует с партнерами для достижения командного результата. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

К особенностям программы относятся:

1. Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста;
2. Достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий;
3. Уделение внимания психологической подготовке занимающихся: целеустремленности, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.

Адресат: обучающиеся в возрасте с 13 лет (8-11 классы). В секцию принимаются все желающие обучающиеся данного возраста, допущенные по состоянию здоровья врачом.

Цели и задачи

Обучения игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей развития баскетбола, освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Данная программа рассчитана для детей 15-17 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья и имеющие медицинский допуск врача. Занятия дополнительной образовательной деятельностью проводятся в форме урока во второй половине дня.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Групповые учебно-тренировочные занятия.
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия (беседа).
- Восстановительные мероприятия.
- Участие в матчевых встречах.
- Участие в соревнованиях.

- Зачеты, тестирования.
- Конкурсы, викторины.

Методы обучения – игровой, соревновательный.

Форма контроля – тестирование, контрольные испытания.

Формы подведения итогов дополнительной общеразвивающей программы:

1. Сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов общей, специальной физической, технической подготовленности обучающихся (для групп начальной подготовки).
2. Викторины по типу: «Веселые старты», «День здоровья».
3. Контрольные и товарищеские игры.
4. Первенства школы, района.

Прием контрольных нормативов (промежуточная и итоговая аттестация обучающихся) проводится два раза в год: в начале учебного года (ноябрь) и в конце учебного года (апрель).

Учебная программа по баскетболу предназначена для детей: 6-8 классов. Занятия проводятся в групповой форме.

Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе и в зале. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в баскетбол.

Ожидаемые результаты освоения обучающимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Требования к знаниям и умениям, которые обучающиеся должны приобрести в процессе реализации программы

В ходе реализации программы по физкультурно-спортивному направлению «Баскетбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике:

- Правила техники безопасности при проведении занятий.
- Историю рождения и развития баскетбола.
- Основы спортивной тренировки – методы обучения.
- Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена. Правила соревнований. Судейство соревнований.

– Технические умения:

- Ведение мяча правой и левой рукой.
- Ведение с разной высотой отскока и с изменением направления.
- Передачи мяча.
- Ловли мяча.
- Броски мяча.
- Штрафной бросок.
- Специальные упражнения и комбинации.
- Эстафеты.

– Тактические знания:

- Индивидуальная тактика.
- Тактика игры в защите.
- Тактика игры в нападении.
- Правила игры.
- Баскетбольная терминология.

– Физическая подготовка:

- Упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости.

– Морально – волевая подготовка:

В результате реализации программы дополнительного образования по физкультурно-спортивному направлению «Баскетбол» у обучающихся развиваются такие качества как: товарищество, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким, привычки подчинять свои действия интересам коллектива, развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

По окончании программы обучающиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий по баскетболу, сформировать первичные навыки судейства.

Учебный план

№ п/п	Название темы	Количество часов
1.	Вводное занятие	1
2.	Техническая подготовка	40
3.	Тактическая подготовка	25
4.	Тестирование и контрольные испытания	2
	Всего	68

Содержание программы

Вводное занятие (1 ч)

- Правила техники безопасности при проведении занятий.
- История рождения и развития баскетбола. Правила соревнований.

Техническая подготовка (40ч)

1. Упражнения без мяча.

Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.

Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях.

Передвижение правым – левым боком.

Передвижение в стойке баскетболиста.

Остановка прыжком после ускорения.

Остановка в один шаг после ускорения.

Остановка в два шага после ускорения.

Повороты на месте.

Повороты в движении.

Имитация защитных действий против игрока нападения.

Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

Двумя руками от груди, стоя на месте.

Двумя руками от груди с шагом вперед.

Двумя руками от груди в движении.

Передача одной рукой от плеча.

Передача одной рукой с шагом вперед.

То же после ведения мяча.

Передача одной рукой с отскоком от пола.

Передача двумя руками с отскоком от пола.

Передача одной рукой снизу от пола.

То же в движении.

Ловля мяча после полукоскока.

Ловля высоко летящего мяча.

Ловля катящегося мяча, стоя на месте.

Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

На месте.

В движении шагом.

В движении бегом.

То же с изменением направления и скорости.

То же с изменением высоты отскока.

Правой и левой рукой поочередно на месте.

Правой и левой рукой поочередно в движении.

Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

Одной рукой в баскетбольный щит с места.

Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.

Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.

Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.

Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.

Одной рукой в баскетбольную корзину с места.

Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.

Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.

В прыжке одной рукой с места.

Штрафной.

Двумя руками снизу в движении.

Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
 В прыжке со средней дистанции.
 В прыжке с дальней дистанции.
 Вырывание мяча.
 Выбивание мяча.

Тактическая подготовка (25 ч)

Защитные действия при опеке игрока без мяча.
 Защитные действия при опеке игрока с мячом.
 Перехват мяча.
 Борьба за мяч после отскока от щита.
 Быстрый прорыв.
 Командные действия в защите.
 Командные действия в нападении.
 Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Тестирование, контрольные испытания (2ч)

На всех этапах подготовки проверка усвоения школьниками пройденного материала производится на основании выполнения нормативных показателей общей специальной физической подготовки и игровой практики.

Календарный учебный график

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата проведения	Основные виды деятельности учащихся	Результаты освоения материала	Освоение знаний (базовые понятия)
1	2	3	4	5	6	7
1	Развитие баскетбола в России. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.	2		Правила игры. Как осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.	Общие сведения Правила игры
Техническая подготовка (40ч)						

2	ОФП	1		Обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	Изучение понятий «шеренга» и «колонна»
3	ОФП	1		Обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	Изучение понятий «шеренга» и «колонна»
4	Технические действия баскетболиста	1		Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	Стойка игрока Передвижение различным способом
5	Технические действия баскетболиста	1		Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать	Стойка игрока Передвижение различным способом

					и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	
6	Технические действия баскетболиста	1		Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения	Стойка игрока Передвижение различным способом
7	Специальная физическая подготовка	1		Ведение мяча на месте с разной высотой отскока	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Ведение мяча Правила игры
8	Специальная физическая подготовка	1		Ведение мяча на месте с разной высотой отскока	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	приемы игры развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
9	Специальная физическая подготовка	1		Ведение мяча на месте с разной высотой отскока	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	приемы игры развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой

						предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
10	Техническая и тактическая подготовка	1		Стойка и передвижение игрока	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	Тактическое мышление, быстрота реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
11	Техническая и тактическая подготовка	1		Стойка и передвижение игрока	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	Тактическое мышление, быстрота реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
12	Техническая и тактическая подготовка	1		Стойка и передвижение игрока	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	Тактическое мышление, быстрота реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
13	Ведение мяча	1		Ведение мяча правой и	Коммуникативные: формировать навыки	приемы игры

				<p>левой рукой на месте</p>	<p>работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	<p>развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>
14	Ведение мяча	1		<p>Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	<p>приемы игры</p> <p>развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>
15	Ведение мяча	1		<p>Ведение мяча с разной высоты отскока. Остановка прыжком</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	<p>приемы игры</p> <p>развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>
16	Ведение мяча	1		<p>Ведение мяча с изменением направления движения. Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и</p>	<p>приемы игры</p> <p>развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности,</p>

					выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.	творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.
17	Индивидуальная работа с мячом	1		Подвижные игры с мячом	Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам Познавательные Уметь повторить упражнения с мячом в одиночку	Ведение Правила эстафеты
18	Индивидуальная работа с мячом	1		Подвижные игры с мячом	Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам Познавательные Уметь повторить упражнения с мячом в одиночку	Ведение Правила эстафеты
19	Индивидуальная работа с мячом	1		Подвижные игры с мячом	Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы Регулятивные:	Ведение Правила эстафеты

					<p>Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь повторить упражнения с мячом в одиночку</p>	
20	Технические и тактические действия	1		Техника выполнения	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку</p>	<p>Правила игры</p> <p>Ведение</p>
21	Технические и тактические действия	1		Техника выполнения	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку</p>	<p>Правила игры</p> <p>Ведение</p>

22	Технические и тактические действия	1		Техника выполнения	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку</p>	<p>Правила игры</p> <p>Ведение</p>
23	Техническая и тактическая подготовка	1		Повторение и закрепление ведения, передачи мяча	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы</p> <p>определение цели и функций участников, способов взаимодействия</p> <p>планирование общих способов работы</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения</p>	<p>Техническая и тактическая подготовка.</p> <p>Передача</p>
24	Техническая и тактическая подготовка	1		Повторение и закрепление ведения, передачи мяча	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы</p> <p>определение цели и функций участников, способов взаимодействия</p> <p>планирование общих способов работы</p>	<p>Техническая и тактическая подготовка</p> <p>Передача</p>

					<p>Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам</p> <p>Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения</p>	
25	Техническая и тактическая подготовка	1		<p>Повторение и закрепление ведения, передачи мяча</p>	<p>Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы определение цели и функций участников, способов взаимодействия планирование общих способов работы</p> <p>Регулятивные: Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам</p> <p>Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения</p>	<p>Техническая и тактическая подготовка</p> <p>Передача</p>
Тестирование, контрольные испытания (1ч)						
26	Тестирование уровня физической подготовленности учащихся.	1		<p>Тестирование: подтягивание, прыжки в длину с места, метание м/мяча, челночный бег 3х10м, упражнение на пресс, сгибание-разгибание рук в упоре лежа.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p>	<p>Прыжки в длину Метание Подтягивание</p>
Техническая подготовка						
27	Эстафеты	1		Повторение и	Коммуникативные	Эстафета

				закрепление элементов баскетбола	<ul style="list-style-type: none"> - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. <p>способность личности к полноценному решению задач</p>	Пробежка Передача Бросок в прыжке
28	Штрафной бросок	1		Освоение приемов игры	<p>Коммуникативные</p> <p>Сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p>Устанавливать рабочие отношения</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски и ведение мяча</p>	Штрафной бросок
29	Штрафной бросок	1		Освоение приемов игры	<p>Коммуникативные</p> <p>Сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p>Устанавливать рабочие отношения</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски и ведение мяча</p>	Штрафной бросок
30	Штрафной бросок	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные	Штрафной бросок

					<p>Сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p>Устанавливать рабочие отношения</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски и ведение мяча</p>	
31	Бросок в кольцо	1		Закрепления навыков	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в кольцо</p>	Бросок в кольцо с разных позиций
32	Бросок в кольцо	1		Закрепления навыков	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в кольцо</p>	Бросок в кольцо с разных позиций
33	Бросок в кольцо	1		Закрепления навыков	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою</p>	Бросок в кольцо с разных позиций

					<p>деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в кольцо</p>	
34	Броски в кольцо в движении	1		<p>Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении</p>	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в движении</p>	Штрафной бросок Бросок в движении
35	Броски в кольцо в движении	1		<p>Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении</p>	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в движении</p>	Штрафной бросок Бросок в движении
36	Броски в кольцо в движении	1		<p>Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении</p>	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в движении</p>	Штрафной бросок Бросок в движении
37	ОФП	1		<p>Учет знаний по техническим приемам в</p>	<p>Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного</p>	<p>Ведение Передача</p>

				баскетболе	действия (деловое лидерство Регулятивные: Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Познавательные: Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку	Броски
38	ОФП	1		Учет знаний по техническим приемам в баскетболе	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Сохранять доброжелательное отношение друг к другу Устанавливать рабочие отношения Познавательные: Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку	Ведение Передача Броски
39	Стритбол	1		Закрепления навыков нападения	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
40	Стритбол	1		Закрепления навыков нападения	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча

					Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	
41	Стритбол	1		Закрепления навыков нападения	<p>Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	<p>Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча</p>
Тактическая подготовка (25ч)						
42	Взаимодействие игроков в защите	1		Закрепление навыков защиты	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита
43	Взаимодействие игроков в защите	1		Закрепление навыков защиты	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита
44	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1		Закрепление навыков защиты и нападения	<p>Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Знать правила игры баскетбол</p>	<p>Нападение Защита Правила</p>

45	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1		Закрепление навыков защиты и нападения	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Знать правила игры баскетбол	Нападение Защита Правила
46	Мини-баскетбол	1		Закрепления навыков нападения и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
47	Мини-баскетбол	1		Закрепления навыков нападения и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
48	Мини-баскетбол	1		Закрепления навыков нападения и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча

					(деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Перехват Бросок мяча
49	Стритбол	1		Закрепление технических и тактических приемов	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
50	Стритбол	1		Закрепление технических и тактических приемов	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
51	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные:	Броски мяча Нападение Защита

					Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	
52	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Броски мяча Нападение Защита
53	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Броски мяча Нападение Защита
54	Взаимодействие игроков в нападении	1		Закрепления навыков нападения	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель	Нападение

					<p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники нападения</p>	
55	Взаимодействие игроков в защите	1		Закрепление навыков защиты	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита
56	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	Броски мяча Нападение Защита
57	Взаимодействие игроков в нападении	1		Закрепления навыков нападения	<p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения</p>	Нападение
58	Взаимодействие игроков в защите	1		Закрепление навыков защиты	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита

59	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Броски мяча Нападение Защита
60	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Броски мяча Нападение Защита
61	Учебная игра	1		Освоение приемов игры	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Броски мяча Нападение Защита
62	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1		Закрепление навыков защиты и нападения	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие	Нападение Защита

					отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Правила
63	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1		Закрепление навыков защиты и нападения	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.	Нападение Защита Правила
64	Мини-баскетбол	1		Закрепление технических и тактических приемов	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
65	Мини-баскетбол	1		Закрепление технических и тактических приемов	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча
66	Стритбол	1		Закрепления навыков нападения и защиты	Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать	Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча

					<p>познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	
67	Стритбол	1		<p>Закрепления навыков нападения и защиты</p>	<p>Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Формировать умение контролировать свою деятельность по результату Познавательные Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	<p>Штрафной бросок Помеха попаданию мяча Перехват Бросок мяча</p>
Тестирование, контрольные испытания (1ч)						
68	Тестирование уровня физической подготовленности учащихся.Итоговое занятие	1		<p>Тестирование: подтягивание, прыжки в длину с места, метание м/мяча, челночный бег 3х10м, упражнение на пресс, сгибание-разгибание рук в упоре лежа.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p>	<p>Прыжки в длину Метание Подтягивание</p>

Техника безопасности на занятиях по баскетболу

Учитель должен следить за тем, чтобы учащиеся:

- Не выполняли ведение мяча с опущенной головой
- Не сталкивались, видели соперников и партнеров
- Не толкались в спину и не отбирали мяч со спины

- Не выставляли пальцы вперед навстречу передаче
- Не передавали мяч в спину партнера
- Не стояли под корзиной во время тренировки и выполнения бросков
- Не ставили подножек
- Не выставляли локти
- Не делали блокировок
- Не толкались руками.

Учащиеся должны помнить, что:

- Запрещается без разрешения учителя брать инвентарь и выполнять физические упражнения
- Запрещается без наблюдения учителя находиться в спортивном зале и выполнять броски в кольцо
- Категорически запрещается висеть на дужке кольца, залезать на баскетбольный щит
- Во время ведения мяча не бить по мячу кулаком или ладонью
- Не смотреть на мяч, а видеть игровое поле, партнеров, соперников
- Уметь выбирать оптимальную скорость
- Избегать столкновений
- Предугадывать перемещения соперника.

При передачах мяча:

- Не выставлять пальцы вперед, навстречу передаче
- Не передавать мяч резко с близкого расстояния
- Передавать мяч точно, с оптимальной скоростью
- Не передавать мяч, если его не видит партнер
- Не передавать мяч через руки
- Не передавать мяч в ноги, живот, колени.
- Не тянуться к мячу, если он не долетает, а выполнить перемещение.

Во время игры:

- Не толкать в спину и локтями
- Не отнимать мяч вдвоем
- Не блокировать
- Не ставить бедро
- Не ставить подножек
- Не выбивать мяч сверху во время ведения его соперником
- Не бить по рукам

- Не вырывать мяч сзади, через бедро, одной рукой
- Не ставить подножек
- Не цеплять соперника за руки.
- Необходимо строго соблюдать правила игры в баскетбол, дисциплину, останавливать товарища, который ее нарушает, уважительно относиться к команде соперника.

Материально-техническое обеспечение

Для работы над программой необходим спортивный зал, учебная и научная литература (словари, справочники, познавательная литература).

Методическая литература для педагога

1. Примерная рабочая программа «Физическая культура» В.И. Лях, А. А. Зданевич ; 10-11 классы, М.: Просвещение, 2020г
2. Организация работы спортивных секций в школе. Программы, рекомендации. А.Н.Каинов. Волгоград. «Учитель»,2011.
3. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. М.: Просвещение, 2018.

Методическая литература для детей

1. Физическая культура ; 10-11 классы В.И. Лях, А. А. Зданевич , М.: Просвещение, 2020