
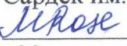



Рассмотрено
на заседании МО учителей
спортивно- эстетического
цикла
Руководитель МО
 Галиева Л.В./
Протокол №1
от «25 »августа 2023 г.

Согласовано
Заместитель директора по УР
МБОУ «Гимназия с. Большой
Сардек им. К.Ф.Шакирова»
 /Мубаракова Р.Р./
«28» августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ
«Гимназия с. Большой Сардек
им. К.Ф.Шакирова»
 Багавиев Р.З./
Приказ №153/0
«28» августа 2023 г.



Рабочая программа
спецкурса по физической культуре
«Баскетбол» в 7а, 7б классах
Закирова Ильнара Расимовича,
учителя физической культуры
высшей квалификационной категории
МБОУ «Гимназия с. Большой Сардек им. К.Ф.Шакирова»

2023 – 2024 учебный год

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

По окончании учебного года ученик **научится:**

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину)
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке

Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре (в процессе занятий):

Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов.

Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений.

Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм.

Баскетбол. 20 часов

Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра

Тематическое планирование

Основные разделы	Количество часов
Баскетбол Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок Бросок с трехочковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра	34
Всего	34 часа

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дата 7 а класс		Дата 7 б класс		Примечание
		планируемая	фактическая	планируемая	фактическая	
Баскетбол						
1.	Основы техники и тактики. Техника передвижения.	1.09	1.09	6.09	6.09	
2.	Техника передвижения.	8.09	8.09	13.09	13.09	
3.	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	15.09	15.09	20.09	20.09	
4.	Сочетание способов передвижений	22.09	22.09	27.09	27.09	
5.	Техника нападения.	29.09	29.09	4.10	4.10	
6.	Техника нападения	6.10	6.10	11.10	11.10	
7.	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	13.10	13.10	18.10	18.10	
8.	Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	20.10	20.10	25.10	25.10	
9.	Ловля мяча одной рукой на уровне груди..	27.10	27.10	8.11	8.11	
10.	Броски мяча двумя руками с места.	10.11	10.11	15.11	15.11	
11.	Броски мяча двумя руками с места.	17.11	17.11	22.11	22.11	
12.	Штрафной бросок	24.11	24.11	29.11	29.11	
13.	Штрафной бросок	1.12	1.12	6.12	6.12	
14.	Бросок с трех очковой линии.	8.12	8.12	13.12	13.12	

15.	Бросок с трех очковой линии.					
16.	Ведение мяча с изменением высоты отскока..					
17.	Ведение мяча с изменением высоты отскока..					
18.	Ведение мяча с изменением скорости.					
19.	Ведение мяча с изменением скорости.					
20.	Обманные движения.					
21.	Обманные движения.					
22.	Обводка соперника с изменением высоты отскока.					
23.	Обводка соперника с изменением высоты отскока.					
24.	Взаимодействие игроков с заслонами.					
25.	Взаимодействие игроков с заслонами.					
26.	Двухсторонняя игра					
27.	Двухсторонняя игра					
28.	Двухсторонняя игра					
29.	Двухсторонняя игра					
30.	Двухсторонняя игра					
31.	Двухсторонняя игра					
32.	Двухсторонняя игра					
33.	Соревнования					
34.	Соревнования					