

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тетюшская средняя общеобразовательная школа № 1
имени Героя Советского Союза Ханжина Павла Семеновича»
Тетюшского муниципального района Республики Татарстан
(МБОУ «Тетюшская СОШ № 1 им.Ханжина П.С.»)

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
Протокол от 26.08.2024 №1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Тетюшская
СОШ № 1 им.Ханжина
П.С.»

Фаткуллов И.Р.

Приказ от 26.08.2024
№ 122 о/д

Подписано цифровой
подписью: Фаткуллов
Илдар Робертович
Дата: 30 Сентябрь 2024 г.
13:48:58

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

**Возраст учащихся: 14-17 лет
Срок реализации программы: 1 год**

Составитель:
педагог дополнительного образования
Знатнов С.Ф.

г.Тетюши, 2024

Пояснительная записка

Программа разработана на основе примерной (типовой) учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2005). Дополнительная образовательная программа физкультурно-спортивной направленности.

Программа рассчитана на 72 учебных часа в год, количество занятий в неделю – одно, длительностью 2 учебных часа, срок реализации программы – 1 год, количество занимающихся от 15 человек. 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 объединении могут учащиеся прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Основная задача педагога – всестороннее развитие учащихся в процессе овладения физической культурой. Она педагога 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. Педагог систематически отслеживает реакцию учащихся на предлагаемую нагрузку, проводится наблюдение за самочувствием учащихся и выявление признаков утомления и перенапряжения. В процессе обучения ученикам прививаются умения и навыки: гигиена спортивной одежды и обуви, гигиена питания, режима дня, техника безопасности и самоконтроль. Данная программа также разработана в соответствии с П.3. плана мероприятий по реализации концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу в рамках формирования здорового образа жизни и преимуществах ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков и молодёжи.

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.

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

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

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих **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.

В реализации данной программы участвуют учащиеся в возрасте от 14 до 17 лет, набор в секцию данной направленности производится по желанию 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 районных 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.

Ожидаемые результаты освоения программы

Учащиеся получают возможность узнать:

- о работе сердечно - сосудистой системы, понятии о телосложении человека.
- об основных линиях на площадке. Основных правил игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
- о гигиенических требованиях к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.
- о способах подсчета пульса, регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Научатся:

- 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 в корзину 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. *Смогут использовать:*
- Приобретенные знания и умения в физкультурно-оздоровительной и в спортивнооздоровительной деятельности.

Демонстрировать:

- броски в корзину с 1 м. броски со средних дистанций, броски в движении после ведения, передачи мяча от стены на коли.
- передачи мяча в движении, обводка стоек.
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
- штрафной бросок.

Учебно-тематический план

| № п/п | Программный материал | Всего часов | Количество часов | | Формы аттестации контроля |
|-------|------------------------------------|-------------|------------------|----------|-----------------------------------|
| | | | теория | практика | |
| 1 | Теоретические сведения | 5 | 5 | 0 | Предварительный контроль |
| 2 | Совершенствование техники игры | 25 | 1 | 24 | Этапный контроль. Игра |
| 3 | Совершенствование тактики игры | 20 | 1 | 19 | Этапный контроль. Игра |
| 4 | Общездоровьесберегающая подготовка | 12 | 1 | 11 | Выполнение контрольных нормативов |
| 5 | Специально физическая подготовка | 10 | 1 | 9 | Выполнение контрольных нормативов |
| 6 | Итого | 72 | 9 | 63 | |

Содержание программы

Раздел 1. Знания о спортивно-оздоровительной деятельности – 5 часов

Тема 1. .Влияние физических упражнений на организм занимающихся Работа сердечно - сосудистой системы. . 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 ЧСС. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. *Тема 3. История баскетбола.*

История появления баскетбола. Баскетбол – олимпийский вид спорта. Развитие баскетбола в нашей стране и Республике Татарстан.

Тема 4. 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.

Темы 5. 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 - 65 часа

1. Общая и специальная физическая подготовка - 20 часов.

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

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 - 45 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 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.

Соревновательная деятельность. Судейская и инструкторская практика.

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

Участие в соревнованиях по баскетболу.

Календарный учебный план

| | Тема занятия | Кол-во часов | | | Дата проведения план | Дата проведения факт |
|---|--|--------------|--|--|-------------------------|----------------------|
| 1 | Техника безопасности. Баскетбол-история развития. Контрольные испытания. | 1 | Повороты, разновидность ходьбы, бега, упр. на осанку. Подвижные игры. | Применять правила подбора одежды для занятий баскетболом. моделировать технику действий и приемов баскетболиста. соблюдать правила безопасности. | | |
| 2 | Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте | 1 | технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте | выполнять изучаемые упражнения | | |
| 3 | Техника передачи одной рукой от плеча | 1 | технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении | выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете | | |
| 4 | Передача двумя руками над головой | 1 | технику передач двумя руками над головой | выполнять передачи одной и двумя руками , повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди | | |
| 5 | Техника передач двумя руками в движении | 1 | технику передач двумя руками в движении; правила игры | выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч» | | |
| 6 | Техника броска после ведения мяча | 1 | технику броска после ведения | выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 7 | Техника поворотам в движении | 1 | технику поворотам в движении | выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|--|
| | | | | после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине | | |
| 8 | Техника ловли мяча, отскочившего от щита | 1 | технику ловли мяча, отскочившего от щита | выполнять перемещение в игре, изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке | | |
| 9 | Техника броскам в движении после ловли мяча | 1 | технику броска в движении после ловли мяча | выполнять ловлю мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке | | |
| 10 | Техника броскам в прыжке с места | 1 | технику броскам в прыжке с места | выполнять броски в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке | | |
| 11 | Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | 1 | технику передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке | выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра | | |
| 12 | Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | 1 | технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча | выполнять передачи в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180*, ведение с обводкой линий штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 13 | Учет по технической подготовке | 1 | технику зачетных упражнений | выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|--|--|--|
| | | | | штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 14 | Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча | 1 | техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча | выполнять изучаемые приемы, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 15 | Техника ведения и передач в движении | 1 | технику ведения и передач в движении | выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 x 2, броск; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 16 | Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу | 1 | технику передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу | выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 17 | Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом | 1 | технику отвлекающих действий на передачу с последующим проходом | выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 18 | Техника отвлекающих действий на бросок | 1 | технику отвлекающих действий на бросок | выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре | | |
| 19 | Техника передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание | 1 | технику передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание | выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат | | |
| 20 | Техника выбивания мяча после ведения | 1 | технику выбивания мяча после ведения | выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении | | |
| 21 | Техника атаки двух нападающих против одного защитника | 1 | технику атаки двух нападающих против одного защитника | выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по | | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---------------------------|--|--|--|
| | | | | площадке, взаимодействие 2 x 1; игра | | |
| 22 | Выбивания мяча при ведении | 1 | технику изучаемых приемов | выполнять изучаемый прием - в парах выбивание мяча при ведении ; атака трех нападающих против двух защитников; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Учебная игра | | |
| 23 | Передачи одной рукой с поворотом | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи одной рукой с поворотом ; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра | | |
| 24 | Прием нормативов по технической подготовке | 1 | выполнять на результат | штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска | | |
| 25 | Передачи в движении в парах | 1 | технику изучаемых приемов | повторить выбивание мяча при ведении , бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; .Передачи в движении в парах ; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места – в парах, игроки соревнуются между собой. Учебная игра. | | |
| 26 | Передачи в тройках в движении | 1 | технику изучаемых приемов | передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра. | | |
| 27 | Передачи в тройках в движении | 1 | технику изучаемых приемов | передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра. | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|---------------------------|--|--|--|
| 28 | Передачи в движении | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 х 1; 3 х 2; борьба за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра | | |
| 29 | Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | технику изучаемых приемов | борьба за мяч, отскочившего от щита – 3 х 3; быстрый прорыв (схема); передачи через центрального; броски в прыжке с сопротивлением – в парах; Учебная игра | | |
| 30 | Техника передач мяча | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрального игрока; выбивание мяча; учебная игра | | |
| 31 | Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра. | | |
| 32 | Техника передач в движении, нападение через центрального игрока | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи в движении; нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра. | | |
| 33 | Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки | 1 | технику изучаемых приемов | Ведение мяча и выбивание; нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча Учебная игра | | |
| 34 | Закрепление через центрального, заслоны. | 1 | технику изучаемых приемов | Броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра. | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|---------------------------|---|--|--|
| 35 | Техника передач. Разучивание нападения «тройкой» | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи; нападение «тройкой»-подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра | | |
| 36 | Техника передач. Разучивание нападения «тройкой» | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи; нападение «тройкой»-подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра | | |
| 37 | Прием нормативов по технической подготовке | 1 | выполнить на результат | штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска | | |
| 38 | Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний | | |
| 39 | Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний | | |
| 40 | Закрепление техники и тактики в игре, бросков | 1 | технику изучаемых приемов | Учебная игра. Броски | | |
| 41 | Закрепление техники и тактики в игре, бросков | 1 | технику изучаемых приемов | Учебная игра. Броски | | |
| 42 | Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым | 1 | технику изучаемых приемов | «Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; | | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---------------------------|--|--|--|
| | игроком, техника игры | | | перехваты; штрафные броски .Учебная игра. | | |
| 43 | Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры | 1 | технику изучаемых приемов | «Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски .Учебная игра. | | |
| 44 | Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника | 1 | технику изучаемых приемов | «Салки»; Встречная эстафета с передачами ; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра | | |
| 45 | Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника | 1 | технику изучаемых приемов | «Салки»; Встречная эстафета с передачами ; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра | | |
| 46 | Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока | 1 | технику изучаемых приемов | Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при введении; Учебная игра | | |
| 47 | Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока | 1 | технику изучаемых приемов | Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при введении; Учебная игра | | |
| 48 | Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока | 1 | технику изучаемых приемов | Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра | | |
| 49 | Техника накрывания мяча при броске, | 1 | технику изучаемых приемов | Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на | | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---------------------------|--|--|--|
| | наведение защитника на центрального игрока | | | центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра | | |
| 50 | Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | технику изучаемых приемов | Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра | | |
| 51 | Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита | 1 | технику изучаемых приемов | Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра | | |
| 52 | Техника высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие | 1 | технику изучаемых приемов | Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра | | |
| 53 | Техника высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие | 1 | технику изучаемых приемов | Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра | | |
| 54 | Передача на максимальной скорости, нападение двумя центрами | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20; Учебная игра | | |
| 55 | Передача на максимальной скорости, нападение двумя центрами | 1 | технику изучаемых приемов | Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20; Учебная игра | | |

| | | | | | | |
|-------|--|---|---------------------------|---|--|--|
| 56 | Закрепление пройденного материала | 1 | технику изучаемых приемов | Учебная игра. ОФП. | | |
| 57 | Закрепление пройденного материала | 1 | технику изучаемых приемов | Учебная игра. ОФП. | | |
| 58 | Техника ведения на максимальной скорости | 1 | технику изучаемых приемов | Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра. | | |
| 59 | Техника ведения на максимальной скорости | 1 | технику изучаемых приемов | Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра. | | |
| 60 | Прием нормативов по технической и специальной подготовки | 1 | выполнить на результат | Бег челночным способом, бег на 30 м. с максимальной скоростью. | | |
| 61-62 | Техника добивания мяча в корзину | 2 | технику изучаемых приемов | Добивание мяча в корзину; переключения-подводящие упражнения; броски в движении. Учебная игра | | |
| 63-64 | Техника передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном | 2 | технику изучаемых приемов | Передачи в парах; нападение в тройкой с активным заслоном; броски с сопротивлением. Учебная игра | | |
| 65 | Техника бросков и передач в движении | 2 | технику изучаемых приемов | Броски и передачи в движении; плотная опека на $\frac{3}{4}$ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния | | |
| 66 | Ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков | 2 | технику изучаемых приемов | Ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных бросков; освобождение от заслонов; перехваты мяча; Учебная игра | | |
| 67 | Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита | 2 | технику изучаемых приемов | Борьбы за мяч, отскочившего от щита выполняется на двух щитах; зонная защита 2+1+2 и игра против неброски с места с | | |

| | | | | | | |
|-------|-------------------|---|---------------------------|--|--|--|
| | | | | расстояния 6 – 7 м. Учебная игра | | |
| 68-72 | Броски в движении | 4 | технику изучаемых приемов | Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах; Учебная игра | | |

Учебно-методическое обеспечение.

1. Методы обучения

• Практические:

- разучивание по частям;- разучивание в целом;- игровой;- соревновательный.

Методы использования слова:

- рассказ;- описание;- объяснение;- беседа;- разбор;- указание;- оценка;- команда;- подсчет.

• Методы наглядного восприятия:

- показ;- демонстрация (плакатов, кинофильмов, рисунков, зарисовок);- звуковая и световая сигнализации.

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

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

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

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

План воспитательной работы

| №п/п | Наименование мероприятия | Дата | Место проведения |
|-------------|--|-----------------|-------------------------|
| 1 | Инструктаж по технике безопасности | сентябрь | Спортивный зал |
| 2 | Беседа «Перспективы выступлений российских баскетбольных команд в еврокубках» | октябрь | Спортивный зал |
| 3 | КЭС баскет | ноябрь | СОК Барс |
| 4 | Повторный инструктаж по технике безопасности | январь | Спортивный зал |
| 5 | Президентские соревнования | май | Спортивный зал |

Участие учащихся в массовых мероприятиях

| №п/п | Наименование мероприятия | Дата | Место проведения |
|-------------|---|--------------------------|-------------------------|
| 1 | КЭС по баскетболу среди учащихся | ноябрь | Спортивный зал |
| 2 | Районные соревнования по баскетболу среди юношей и девушек | декабрь | СОК Барс |
| 3 | ГТО | январь | Спортивный зал |
| 4 | Участие в зональных соревнованиях по баскетболу среди юношей и девушек | Декабрь - февраль | Спортивный зал |

Взаимодействие с родителями

| №п/п | Форма взаимодействия | Тема | Дата |
|-------------|--------------------------------|--|-----------------|
| 1 | Индивидуальная беседа | Требования к учащимся на занятиях по баскетболу | сентябрь |
| 2 | Анкетирование родителей | «Отношение ребёнка к занятиям по баскетболу» | январь |
| 3 | Соревнование | Товарищеская встреча по баскетболу между учащимися и родителями | март |