

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Золотухинская основная общеобразовательная школа» Золотухинского  
района Курской области**

Приложение  
к основной общеобразовательной программе  
основного общего образования,  
утверждённой приказом  
от 22.06.2022 №58

**Рабочая программа  
по курсу внеурочной деятельности  
«Баскетбол»  
5-9 классы**

**Направление: Спортивное**

**Уровень образования: основное общее образование  
Срок реализации программы: 2023 /2024 гг.**

**Автор программы:**

Учитель физической культуры

Баландина Елена Дмитриевна

I квалификационная категория

Дата составления программы: 10.06.2023 г.

---

**Содержание:**

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности 3-4стр.
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности 5-6стр.
3. Тематическое планирование, календарно-тематическое планирование 7-9стр.

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Результаты освоения обучающимися программы 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:

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль.

Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

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.

В основу изучения курса внеурочной деятельности «Баскетбол» положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности оцениваются по трём уровням.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые не обязательно должны быть положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых невозможно существование гражданина и гражданского общества.

Программа предусматривает вариативные формы контроля уровня освоения обучающимися содержания разделов (тем):

- тестирование на знание правил соревнований и терминологии;
- тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы;
- сдача контрольных нормативов по ОФП.
- результаты соревнований школьного уровня, матчевых и товарищеских встреч

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

Формы организации:

- командная, малыми группами, индивидуальная.

Виды деятельности:

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований, товарищеские встречи.

### **Содержание**

#### **5 класс**

##### Теоретическая подготовка.

1. Здоровый образ жизни.
2. Основы самоконтроля занимающихся.
3. Профилактика простудных заболеваний.
4. Воспитание двигательных способностей.
5. Техника безопасности на занятиях по баскетболу.
6. История развития баскетбола.
7. Воспитание навыков самостоятельных занятий.
8. Профилактика утомления. Средства восстановления.

##### Практическая подготовка

Общая физическая подготовка - строевые упражнения; гимнастические упражнения для мышц рук и плечевого пояса, туловища, ног, упражнения без предметов, с предметами; в парах; с набивными мячами, сопротивлением; Специальная физическая подготовка.

Упражнение для развития быстроты: рывки с места на различных длиннот отрезках, из различных исходных положений, с мячом и без мяча; прыжки в длину с места, с разбега, в высоту, тройной прыжок; метание малого мяча в щит на дальность отскока, многоборья спринтерские, прыжковые, метательные, смешанные.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: одиночные и серийные прыжки вверх, выпрыгивания без отягощений и с отягощениями, прыжки со скакалкой, с преодолением препятствий, упражнения с отягощениями, с набивными мячами; подвижные игры;

Упражнения для развития специальной выносливости: беговые, прыжковые, скоростно-силовые и специальные циклические упражнения в различном режиме интенсивности; игровые упражнения 2х2, 3х3, двусторонняя тренировочная игра;

Упражнения для воспитания специфической координации: ловля и передача мяча из различных исходных положений, на быстроту, точность и правильность; комбинированные упражнения с прыжками, рывками, кувырками, перепрыгиванием, напрыгиванием, спрыгиванием; броски в кольцо; подвижные игры, эстафеты.

##### Техническая подготовка

а) *Техника передвижения* - стойка баскетболиста; передвижение

приставными шагами; бег с изменением скорости и направлений; бег, прыжки с остановками, поворотами;

б) *Техника владения мячом* - ловля, передача, ведение мяча с различной высотой отскока, с обводкой препятствий; бросок мяча с места, двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками снизу, от груди с отскоком, от щита, под углом к щиту; штрафные броски - соревнования в точности; сочетание приемов - передача, ведение, бросок; броски с точек; обманные движения - «финты»; финт на проход - проход, на бросок - передача, на рывок - рывок;

в) *Техника защиты* - стойка защитника, сочетание способов передвижений защитника с остановками, впрыгивание и выбивание мяча, захват мяча - вырывание, перехват мяча при передаче.

#### Тактическая подготовка

а) *тактика нападения:*

- действия без мяча - выбор способа передвижения в зависимости от направления и скорости перемещения, применение сочетаний изученных способов передвижений с целью освобождения от опеки защитника, выход на свободное место для получения мяча навстречу партнеру с мячом;
- действия с мячом - применение изученных способов ловли, передачи мяча в зависимости от направления и силы полета мяча, определение игровой ситуации, выбор способа выполнения броска мяча в корзину в зависимости от места расположения игрока по отношению к кольцу и от способа перемещения, применение сочетаний изученных приемов техники в игровых ситуациях;
- командные действия - организация командных действий в нападении по принципу выбора свободного места с применением взаимодействия «передай мяч и выходи», «треугольник», «тройка», эшелонный быстрый прорыв и др.

б) *тактика защиты:*

- индивидуальные действия: выбор места по отношению к подопечному нападающему с мячом и без мяча, применение изученных способов передвижения и их сочетаний в зависимости от направления и скорости перемещения нападающего, противодействие выходу на свободное место для получения мяча, действия защитника против 1,2,3-ех нападающих;
- групповые и командные действия: взаимодействие двух-трех защитников (подстраховка), умение переключаться от действий в нападении к действиям в защите; личная система защиты на своей половине поля.

#### Морально-волевая (психологическая) подготовка

Эффективность этой подготовки достигается посредством применения обширных средств и методов:

- беседы, диспуты, лекции по теоретической подготовке;
- специальные знания в области психологии, техники и тактике баскетбола, методики тренировок;
- личный пример тренера, убеждение, поощрение, наказание;
- побуждение к деятельности, поручения, общественно-полезная работа;

- обсуждение всех вопросов в команде;
- проведение совместных занятий менее подготовленных баскетболистов с более подготовленными;
- участие в контрольных играх, в соревнованиях с использованием установок на игру, разбор проведенных игр;
- соревновательный метод в процессе всех видов подготовки.

#### Инструкторская и судейская подготовка. \_\_\_\_\_

- Составление комплексов упражнений по физической подготовке;
- Выполнение заданий по построению и перестроению группы;
  - Судейство на учебных играх Участие в соревнованиях  
Занимающиеся должны принять участие в школьных, районных соревнованиях.

### **6 класс**

Для правильного и целенаправленного обучения технике игры в баскетбол приводится последовательность обучения основным техническим приемам и их закрепление.

Физическая подготовка Одним из основных факторов, определяющих возможность достижения высоких спортивных результатов в баскетболе, является уровень развития физических качеств.

Общая физическая подготовка баскетболиста является базой для многолетнего спортивного совершенствования.

Упражнения специальной физической подготовки благодаря сопряженному воздействию способствуют развитию координации, быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости и ориентировки, создавая тем самым предпосылки усвоения и совершенствования техники и тактики игры.

#### Техника перемещений

- Стойка баскетболиста;
- Прыжки;
- Остановки;
- Повороты.

#### Техника владения мячом *Ловля мяча*

- Ловля мяча двумя руками;
- Ловля мяча одной рукой.

#### Передачи мяча

- Передача двумя руками от груди;
- Передача двумя руками сверху;
- Передача двумя руками снизу;
- Передача одной рукой от плеча;
- Передача одной рукой сверху;
- Передача одной рукой снизу и одной рукой сбоку.

#### Броски мяча в корзину

- Бросок двумя руками от груди;
- Бросок одной рукой от плеча;

- Бросок одной рукой сверху;
- Бросок одной рукой снизу;
- Бросок двумя сверху;
- Добивание мяча.

#### Ведение мяча

- Ведение с обычным отскоком;
- Ведение со сниженным отскоком;
- Финты;

#### **7 класс**

##### Передачи мяча

- 1 Передача от плеча
- 2 Передача от груди
- 3 Передача из-за головы
- 4 Передача в движении
- 5 Передача на месте и в движении

##### Подбор мяча

- 1 Перехват мяча в нападении, на чужом щите.
- 2 Перехват мяча в защите, на своём щите.
- 3 Коллективный перехват мяча.

##### Перехват мяча

- 1 Перехват мяча при передаче.
- 2 Перехват мяча при ведении.

##### Броски мяча в кольцо

- 1 Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок в кольцо.
- 2 Ведение, два шага, бросок в кольцо.
- 3 Броски в кольцо “из под кольца”.
- 4 Броски в кольцо по трёх секундной зоне.
- 5 Штрафной бросок.

##### Тактические игры

- 1 Индивидуальные тактические действия в нападении и защите закрепление
- 2 Групповые тактические действия в нападении и защите.
- 3 Командные тактические действия в нападении и защите.
- 4 Двухсторонняя учебная игра.

##### Подвижные игры и эстафеты

- 1 Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.
- 2 Игры развивающие физические способности.

##### Физическая подготовка

- 1 Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

##### Судейская практика

- 1 Судейство учебной игры в баскетбол.

## 8 класс

### 1. «Теоретическая подготовка»

- Правила техники безопасности при проведении занятий.
- История возникновения баскетбола в России. Правила игры. Состав команды, форма игроков.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Влияние физических упражнений на организм человека.
- Необходимость разминки в занятиях спортом.
- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.
- Правила пожарной безопасности и поведения в спортивном зале.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры мини-баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.
- Подведение итогов года.
- Методика тренировки баскетболистов.
- Техническая подготовка баскетболистов.

### 2. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости).

Круговая тренировка.

- Строевые упражнения
  - Упражнения для рук плечевого пояса
  - Упражнения для ног
  - Упражнения для шеи и туловища
  - Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящего», «Гонка мячей»
- Упражнения для развития быстроты
  - Упражнения для развития ловкости - Упражнения для развития гибкости
  - Упражнения для развития прыгучести.

### 3. «Техническая подготовка»

Стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок.

Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.

- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
  - Повороты вперед и назад.
  - Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
  - Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
  - Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
  - Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
  - Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
  - Обучение технике двух шагов с места, в движении.
  - Броски двумя руками от груди с двух шагов.
4. «Тактическая подготовка»
- Групповые и командные действия в нападении.
- Групповые и командные действия в защите.
- Тестирование, контрольные испытания
- Нападение
- Выход для получения мяча на свободное место.
  - Обманный выход для отвлечения защитника.
  - Розыгрыш мяча короткими передачами.
  - Атака кольца.
  - «Передай мяч и выходи».
  - Наведение своего защитника на партнера.
- Защита
- Противодействие получению мяча.
  - Противодействие выходу на свободное место.
  - Противодействие розыгрышу мяча.
  - Противодействие атаке кольца.
  - Подстраховка.
  - Система личной защиты.

## *9 класс*

### **Содержание программа**

#### **1. «Теоретическая подготовка»**

Правила техники безопасности при проведении занятий.

История рождения и развития баскетбола. Правила соревнований.

#### **2. «Общая физическая подготовка»**

Упражнение на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Круговая тренировка.

Подвижные игры.

#### **3. «Техническая подготовка»**

стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и

скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок. Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам.

#### 4. «Тактическая подготовка»

Групповые и командные действия в нападении

Групповые и командные действия в защите

#### 5. Тестирование, контрольные испытания

### 3. Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Наименование темы	Количество занятий		
		всего	теория	практика
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности.	1	1	
2.	Здоровый образ жизни.	4	4	
3.	Развитие баскетбола в России	1	1	
4.	Общая и специальная физическая подготовка	6		6
5.	Основы техники и тактики игры	19	2	16
6.	Контрольные игры, соревнования, эстафеты.	4		4
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>

### Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Наименование темы	Количество занятий		
		всего	теория	практика
1.	Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр	1	1	
2.	Общая физическая подготовка.	7		7
3.	Закрепление техники работы с мячом	17		17
4.	Эстафеты, игры	6		6
5.	Сдача нормативов	1		1
6.	Контрольные игры, подведение итогов	2		2
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>	<b>1</b>	<b>33</b>

### *Тематическое планирование 7 класс*

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов
1	«Теоретическая подготовка»	3
2	«Общая физическая подготовка»	9
3	«Техническая подготовка»	17
4	«Тактическая подготовка»	5
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>

### *Тематическое планирование 8 класс*

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов
1	«Теоретическая подготовка»	3
2	«Общая физическая подготовка»	9
3	«Техническая подготовка»	17
4	«Тактическая подготовка»	5
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>

### 9 класс

№	Тема	Кол-вочасов
1	Основы знаний о баскетболе	1
2	Перемещения	5
3	Передача мяча	6
4	Ловля мяча	6
5	Ведение мяча	4
6	Броски в корзину	4
7	Тактические игры	3
8	Подвижные игры и эстафеты	6
9	Физическая подготовка в процессе занятия	
10	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>

## Календарно-тематическое планирование 5 класс

№	Раздел программы	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности на тренировочных занятиях.	1		
2.	Охрана и укрепление здоровья, закаливание организма.	1		
3.	Баскетбол, история возникновения и развития игры.	1		
4.	Правила баскетбола.	1		
5.	Техника и тактика игры.	1		
6.	Стойка игрока. Бег.	1		
7.	Специально - игровые упражнения.	1		
8.	Общеразвивающие упражнения с малыми мячами.	1		
9.	Бег с преодолением препятствий.	1		
10.	Бег с преодолением препятствий.	1		
11.	Перемещение приставными шагами боком.	1		
12.	Перемещение приставными шагами лицом и спиной вперед.	1		
13.	Профилактика простудных заболеваний.	1		
14.	Прыжковые упражнения.	1		
15.	Упражнения на развитие мышц рук.	1		
16.	Передача и ловля мяча двумя руками.	1		
17.	Остановка двумя шагами и прыжком.	1		
18.	Повороты без мяча и с мячом.	1		
19.	Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой.	1		
20.	Профилактика утомления. Средства восстановления.	1		
21.	Упражнения на развитие мышц туловища.	1		
22.	Ведение мяча в высокой стойке на месте.	1		
23.	Эстафета «Мяч крайнему».	1		
24.	Контрольные упражнения	1		
25.	Игры и эстафеты: «Кто лучше», «Кто больше».	1		
26.	Упражнения на развитие мышц туловища.	1		

27.	Упражнения на развитие специальной выносливости.	1		
28.	Развитие ловкости баскетболиста.	1		
29.	Бросок мяча от груди одной рукой и двумя руками с места.	1		
30.	Защитные действия при опеки с мячом.	1		
31.	Перехват мяча. Быстрый прорыв.	1		
32.	Командные действия в защите и в нападении	1		
33.	Подвижные игры и эстафеты.	1		
34.	Итоговое занятие «Чему мы научились за год».	1		

### Календарно-тематическое планирование 6 класс

№	Раздел программы	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр.	1		
2.	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1		
3.	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча	1		
4.	Закрепление передач двумя руками над головой	1		
5.	Общая физическая подготовка. Упражнения на выносливость.	1		
6.	Закрепление техники передач двумя руками в движении	1		
7.	Закрепление техники броска после ведения мяча	1		
8.	Закрепление техники поворотам в движении	1		
9.	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита.	1		
10.	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча	1		
11.	Эстафета, игра.	1		
12.	Закрепление техники броскам в прыжке с места	1		
13.	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	1		
14.	Закрепление техники передач на	1		

	месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча			
15.	Учет по технической подготовке	1		
16.	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	1		
17.	Общая физическая подготовка. Силовые упражнения.	1		
18.	Закрепление техники ведения и передач в движении	1		
19.	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	1		
20.	Закрепление техники добивания мяча в корзину	1		
21.	Подвижные игры и эстафеты.	1		
22.	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	1		
23.	Закрепление техники бросков и передач в движении	1		
24.	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	1		
25.	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	1		
26.	Закрепление бросков в движении	1		
27.	Общеразвивающие упражнения без предмета.	1		
28.	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	1		
29.	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки	1		
30.	Совершенствование в технических приемах	1		
31.	Упражнения на развитие мышц ног.	1		
32.	Подвижные игры, приближенные по содержанию к баскетболу.	1		
33.	Контрольные игры.	1		
34.	Итоговое занятие «Чему мы научились за год».	1		

## Календарно-тематическое планирование 7 класс

№	Раздел программы	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1		
2.	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1		
3.	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным.	1		
4.	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением.	1		
5.	Передачи мяча в игре.	1		
6.	Передачи мяча в игре.	1		
7.	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1		
8.	Ведение мяча со сменой ритма движения	1		
9.	Ведение мяча с изменением направления движения	1		
10.	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1		
11.	Броски мяча в корзину с трехсекундной зоны. Штрафной бросок.	1		
12.	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1		
13.	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.	1		
14.	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1		
15.	Броски мяча в корзину после передач.	1		
16.	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1		
17.	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1		
18.	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1		
19.	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1		
20.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1		
21.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в	1		

	корзину.			
22.	Индивидуальные действия в нападение с постановкой заслонов.	1		
23.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1		
24.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1		
25.	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1		
26.	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1		
27.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1		
28.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1		
29.	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1		
30.	Индивидуальные действия в защите в игре.	1		
31.	Индивидуальные действия в защите в игре.	1		
32.	Учебная игра.	1		
33.	Учебная игра.	1		
34.	Учебная игра.	1		

### Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Раздел программы	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Инструктаж по ТБ Официальные правила баскетбола FIBA.	1		
2.	История игры баскетбол.	1		
3.	Передача мяча в парах	1		
4.	Ведение мяча правой, левой рукой	1		
5.	Беговые упражнения. Передача мяча в тройках	1		
6.	Комплекс прыжков. Восьмерка.	1		
7.	Силовая тренировка. Броски со средней дистанции	1		
8.	Упражнения на координацию. Передача мяча в парах	1		
9.	Учебная игра	1		
10.	Упражнения на мышцы брюшного пресса. Восьмёрка	1		
11.	Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.	1		
12.	Бег на длинные дистанции с	1		

	ускорением			
13.	Работа с мячами в парах.	1		
14.	Учебная игра.	1		
15.	Челночный бег	1		
16.	Скакалка. Турник. Отжимание	1		
17.	Учебные игры.	1		
18.	Передача мяча в парах	1		
19.	Учебная игра	1		
20.	Передача мяча от груди, в пол, за спиной.	1		
21.	Комплекс прыжков	1		
22.	Передача мяча в грудь, в пол, за спиной	1		
23.	Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.	1		
24.	Розыгрыш мяча короткими передачами.	1		
25.	Броски двумя руками от груди с двух шагов.	1		
26.	Ведение мяча на месте, в движении.	1		
27.	Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.	1		
28.	Ловля и передача мяча.	1		
29.	Два шага бросок. Передача мяча в движении	1		
30.	Два шага бросок. Передача мяча в движении	1		
31.	Учебная игра	1		
32.	Учебная игра	1		
33.	Передача мяча в грудь, в пол, за спиной	1		
34.	Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.	1		

### Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Раздел программы	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	История баскетбола.	1		
2.	Техника игры. Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком.	1		
3.	Техника перемещений. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	1		
4.	Техника владения мячом. Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с	1		

	места.			
5.	Ловля и передача мяч двумя руками от груди с шагом и сменой места.	1		
6.	Ведение мяча шагом и бегом	1		
7.	Бросок мяча от плеча, после ведения	1		
8.	Ведение мяча с изменением направления и скорости	1		
9.	Передача мяча от плеча одной рукой, двумя руками снизу. Однойрукой снизу	1		
10.	Броски мяча в движении после двух шагов	1		
11.	Мини-баскетбол по упрощенным правилам	1		
12.	Штрафной бросок в корзину	1		
13.	Техника владения мячом и противодействия. Вырывание и выбиваниемяча	1		
14.	Перехват мяча	1		
15.	Накрывание. Отбивание	1		
16.	Передача мяча в парах на месте, при встречном движении и с отскоком от пола	1		
17.	Тактика игры. Персональная защита	1		
18.	Двусторонняя игра. Правила игры	1		
19.	Передача мяча в движении	1		
20.	Ведение мяча попеременно правой и левой рукой	1		
21.	Персональная защита, опека	1		
22.	Двусторонняя игра	1		
23.	Броски мяча одной, двумя руками от головы в прыжке. Броски мяча снизу	1		
24.	Тактика нападения. Тактика защиты. Передвижения в нападении изащите	1		
25.	Ловля высоколетающих мячей в прыжке двумя руками и после отскокаот щита	1		
26.	Индивидуальные действия. Выбор позиции. Опека игрока без мяча	1		
27.	Групповые действия в защите. Взаимодействия двух игроков. Взаимодействия трех игроков	1		
28.	Ведение мяча при сближении с соперником	1		
29.	Броски по кольцу сверху, снизу; одной рукой, двумя руками	1		

30.	Командные действия. Зонная защита. Концентрированная защита	1		
31.	Подвижная защита. Зонный прессинг. Личный прессинг	1		
32.	Тактика защиты. Защитные действия команды	1		
33.	Двусторонняя игра. Правила соревнований. Судейство игры.	1		
34.	Учебная игра в баскетбол	1		