

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»**

Рекомендована
методическим объединением
учителей развивающего цикла
протокол № 1
«30» августа 2021г.

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 10»
.....Л.Н. Пенкина
«30» августа 2021г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Баскетбол 5 – 9 класс»**

направление: спортивно-оздоровительное

возрастная категория детей: 11 – 15 лет

срок реализации: 5 лет

Составлена на основе

программы Г.А.Колодиницкого, В.С. Кузнецова «Внеурочная деятельность
учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов»
(автор программы, наименование программы)

учителем физической культуры Ивановой Н.Н.
кем (Ф.И.О. учителя, составившего рабочую учебную программу)

г. Ухта
2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Баскетбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5—9 классах.

Баскетбол — один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

В программе курса представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

Курс внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данный курс направлен на формирование, сохранение и укрепления здоровья учащихся, в основу, которой положены культурологический и личностно ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей **цели**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цель конкретизирована следующими **задачами**:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- обучение технике и тактике игры в баскетбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» предназначена для учащихся 5 – 9 классов, рассчитана на 5 лет обучения. Количество учебных часов программы: 5 – 8 классы – 35 ч., 9 классы – 34 ч. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность – 40 минут. Занятия проводятся в спортивном зале. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Формы проведения занятия и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки баскетболиста: техникой, тактикой или физической.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре в баскетбол по правилам.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. Соревнования.

Подобная реализация программы курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры, здоровья учащихся.

Формы проведения промежуточной аттестации

Основной показатель работы секции по баскетболу – выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития.

В конце учебного года со всеми обучающиеся группы проводится соревнования.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

- Личностные результаты — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- Метапредметные результаты — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- Предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” является формирование следующих умений:

- **определять** и **высказывать** простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- **Проговаривать** последовательность действий.

• Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания, учить **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.

• Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. 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.

• Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. 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).

• Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты курса внеурочной деятельности:

• осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

• социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы курса внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы курса внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” учащиеся

должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

2.2. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” учащиеся

смогут получить знания:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу

Содержание курса 5 класс

№	Тема	Кол-во часов	Содержание курса
1	Перемещения	8	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча.
2	Верхняя передача мяча	6	
3	Нижняя передача мяча	6	
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	3	
6	Подвижные игры и эстафеты	5	
7	Физическая подготовка в процессе занятия.	3	
	Итого 35 часов.		

Содержание курса 6 класс

№	Тема	Кол-во часов	Содержание курса
1	Индивидуальные тактические действия в защите.	7	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
2	Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении	7	
3	Передачи мяча	6	
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	3	
6	Двусторонняя учебная игра	4	
7	Физическая подготовка в процессе занятия.	4	
	Итого 35 часов.	35	

Содержание курса 7 класс

№	Тема	Кол-во часов	Содержание курса
1	Индивидуальные тактические действия в нападении.	8	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
2	Групповые тактические действия в нападении, защите	6	
3	Передачи мяча	6	
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	3	
6	Двусторонняя учебная игра	5	
7	Физическая подготовка в процессе занятия.	3	
	Итого 35 часов.		

Содержание курса 8 класс

№	Тема	Кол-во часов	Содержание курса
1	Ведение мяча	4	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
2	Перехват мяча	4	
3	Броски мяча в кольцо	6	
4	Передачи мяча	4	
5	Двусторонняя учебная игра	5	
6	Групповые тактические действия в нападении, защите	4	
7	Командные тактические действия в нападении и защите	4	
8	Физическая подготовка в процессе занятия.	4	
	Итого 35 часов.		

Содержание курса 9 класс

№	Тема	Кол-во часов	Содержание курса
1	Передачи мяча	3	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
2	Перехваты мяча	3	
3	Броски мяча в кольцо	6	
4	Совершенствовать технику владения мячом.	4	
5	Двусторонняя учебная игра	8	
6	Групповые тактические действия в нападении, защите	4	
7	Командные тактические действия в нападении и защите	3	
8	Физическая подготовка в процессе занятия.	4	
	Итого 35 часов.		

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Внеурочное занятие (тема, название)	Кол-во часов	Формы организации внеурочной деятельности
1	Разучивание стойка игрока (исходные положения)	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
2	Стойка игрока (исходные положения)	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
3	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
7	Игровое занятие	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
11	Разучивание	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
12	Верхняя передача мяча	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
13	Нижняя передача мяча	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

14	Игровое занятие.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
15	Разучивание верхняя передача мяча.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
16	Верхняя передача мяча в парах	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
17	Нижняя передача мяча в парах.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
18	Игровое занятие.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
19	Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
20	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.	1	Теоретическое и практическое занятие.
21	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
22	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
23	Игровое занятие.	1	Теоретическое и практическое занятие.
24	Ведение мяча с разной высотой отскока	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
25	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
26	Броски мяча одной рукой от плеча с места	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
27	Игровое занятие	1	Учебная игра
28	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением	1	Учебная игра
29	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением	1	Учебная игра
30	Бросок мяча после остановки	1	Учебная игра

31	Игровое занятие.	1	Подвижные игры
32	Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением	1	Подвижные игры
33	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением	1	Соревнование
34	Персональная опека игрока	1	Соревнование
35	Учебная игра мини-баскетбол.	1	Соревнование

Тематическое планирование 6 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Формы организации внеурочной деятельности
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
9	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
10	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие.
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
23	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие.
24	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

27	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.	1	Учебная игра
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	Учебная игра
29	Броски мяча в корзину после передач.	1	Учебная игра
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	Учебная игра
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	Подвижные игры
32	Учебная игра.	1	Подвижные игры
33	Учебная игра.	1	Соревнование
34	Учебная игра.	1	Соревнование
35	Учебная игра.	1	Соревнование

Тематическое планирование 7 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Формы организации внеурочной деятельности
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
5	Передачи баскетбольного мяча на мести и в движении.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
9	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
10	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие.
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие.

			Групповая тренировка
23	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие.
24	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
27	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.	1	Учебная игра
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	Учебная игра
29	Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	1	Учебная игра
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	Учебная игра
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	Подвижные игры
32	Учебная игра. Штрафной бросок.	1	Подвижные игры
33	Учебная игра. Штрафной бросок	1	Соревнование
34	Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против заслонов	1	Соревнование
35	Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Соревнование

Тематическое планирование 8 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Формы организации внеурочной деятельности
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
9	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
10	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

15	Индивидуальные действия в нападение с постановкой заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие.
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
23	Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита.	1	Теоретическое и практическое занятие.
24	Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
27	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.	1	Учебная игра
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	Учебная игра
29	Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	1	Учебная игра
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	Учебная игра

31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	Подвижные игры
32	Учебная игра. Штрафной бросок. Треугольник нападения.	1	Подвижные игры
33	Учебная игра. Штрафной бросок Треугольник нападения.	1	Соревнование
34	Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против заслонов	1	Соревнование
35	Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Соревнование

Тематическое планирование 9 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Формы организации внеурочной деятельности
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
5	Передачи баскетбольного мяча на мести и в движении.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
9	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

10	Передачи мяча в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие.
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
23	Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита.	1	Теоретическое и практическое занятие.
24	Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка

25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	Теоретическое и практическое занятие. Групповая тренировка
27	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой.	1	Учебная игра
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	Учебная игра
29	Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	1	Учебная игра
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	Учебная игра
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	Подвижные игры
32	Учебная игра. Личная защита.	1	Подвижные игры
33	Учебная игра. Личная защита.	1	Соревнование
34	Учебная игра. Личная защита.	1	Соревнование
35	Учебная игра. Личная защита.	1	Соревнование

4. Список литературы

1. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, - М.: Просвещение, 2013. -112с.: ил. - (Работаем по новым стандартам).
2. Баскетбол в школе. Пособие для учителя. М., “Просвещение”, 1976. 111 с. авт.:В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников.
3. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст]. - М.: Советский спорт. 2005. -112 с.
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М.: Советский спорт, 2005. - 112 с.
5. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект. - 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011. -61 с. - (Стандарты второго поколения).
6. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева. - Волгоград: Учитель, 2011. – 251 с.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений. - 2-е изд., испр. И доп. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. -480 с.