

Приложение № 26 к ФООП ООО, утвержденной приказом директора
МКОУ «Липковская ООШ № 3» № 79-осн от 31.08.2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. БАСКЕТБОЛ»
основного общего образования**

Срок освоения 5 лет

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в наши дни становится все более актуальной: мы наблюдаем резкое снижение процента здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно-психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Не секрет, что школа на селе зачастую оказывается единственным очагом приобщения детей к занятиям физической культурой и спортом. Занятия в секции предоставляют учащимся возможность дополнительного образования в области физического воспитания, а именно научиться играть в баскетбол.

Пояснительная записка

Рабочая программа по дополнительному образованию (секция «Спортивные игры. Баскетбол») составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по физической культуре, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897, «Примерной программы по учебным предметам. Физическая культура» 5 - 9 классы под редакцией А.А. Кузнецова, М.В. Рыжакова, А.М Кондакова М., Просвещение, 2012 г. и программ по организации спортивно-оздоровительной внеурочной деятельности (автор-составитель А.Н. Каюнов).

Актуальность.

Баскетбол является эффективным средством физического воспитания, благодаря своей воспитательной, оздоровительной, образовательной направленности среди других видов спортивной деятельности. Исследования, проведенные в последние годы, убедительно доказали его

значение, обеспечивающее эффективное развитие основных двигательных и координационных способностей, доступные формы реализации физической активности, индивидуально приемлемо для каждого человека.

Баскетбол, как важное средство физического воспитания и оздоровления детей, включен в общеобразовательные программы средних школ, школ с политехническим и производственным обучением, детских спортивных школ. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении.

Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и рекреации и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

Цель программы – создание благоприятных условий для формирования у школьников позитивного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха; стремления творить свое здоровье, формирование жизненно важных физических качеств: быстроты, выносливости, силы.

Программа последовательно решает **основные задачи** дополнительного физического воспитания:

- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «Баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;
- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка; повышение работоспособности обучающихся, увеличение двигательной активности школьников;
- обучение основам техники и тактики игры;
- воспитание высоких нравственных качеств, потребности в самостоятельных и систематических занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
- формирование умений в организации и судействе спортивной игры «Баскетбол».

Данная **программа** предназначена для обучающихся 5 – 9 классов. В секцию принимаются школьники с основной группой здоровья. Группы обучающихся формируются по 12 - 15 человек для первого года обучения, 10 - 12 человек для второго года обучения. Состав групп должен быть постоянным.

Рабочая программа по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол» для 5 – 9 классов рассчитана на пять лет, для каждого класса программа реализуется в объеме 34 часов в течение всего учебного года по 1 часу в неделю. Занятия проводятся в спортивном зале.

Специфика программы.

Рабочая программа по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол» введена в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках **спортивно-оздоровительного направления**. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни детей и подростков и является неотъемлемой частью воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Баскетбол позволяет решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждает интерес к определенному виду спорта.

С классом обязательным является дифференцированный подход к определению содержания, объема и интенсивности физических упражнений в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей и физической подготовленности занимающихся.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы дополнительного образования

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения рабочей программы по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

- Научить управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности.
- Принимать активное участие в организации и проведении подвижных игр, игр и эстафет с элементами баскетбола, умение организовать учебную двухстороннюю игру, осуществлять судейство в учебной игре по баскетболу.
- Научить разрешать спорные проблемы во время игр, соревнований на

основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

- Воспитывать умение действовать в команде.
- Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения рабочей программы по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

- Выполнять технические действия из баскетбола (технику перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча, ведение мяча, броски в корзину); применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Находить отличительные особенности в выполнении двигательных действий разными учениками, уметь выделять отличительных признаки и элементы.
- Формировать умения выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности.
- Овладеть основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.
- Расширять двигательный опыт за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- Обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям.
- Сформировать систему навыков соревновательной деятельности по баскетболу.

Метапредметными результатами освоения рабочей программы по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол» – является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.

- Проговаривать последовательность действий на занятии.
- Учить высказывать своё предположение (версию), учить работать по предложенному учителем плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе 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 рабочей программы дополнительного образования секции «Спортивные игры. Баскетбол»):

- осознание обучающимися 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 обучающихся,

- посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром;
 - умение систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Ожидаемый результат.

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями: «Школа передач мяча», «Финт», «Владение мячом», «Школа бросков мяча по кольцу», «Групповые взаимодействия». Знать историю возникновения баскетбола. Знать гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарю, спортивной одежде и обуви. Знать технику безопасности при занятиях спортивными играми, основные правила игры, жесты судей.

Владеть следующими двигательными действиями: Передачи одной рукой от плеча, двумя от груди, приемлемые виды передач для каждой конкретной игровой ситуации, ведение мяча по прямой, с изменением направления и скорости; повороты, перевод мяча, техника бросков по кольцу двумя от груди и одной рукой в движении.

Критериями успешности обучения детей и подростков служат зачеты, соревнования, выполнение нормативов.

Материал рабочей программы по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол» даётся в пяти разделах:

- 1) основы знаний;
- 2) общая физическая подготовка;
- 3) специальная подготовка;
- 4) показатели двигательной подготовленности;
- 5) соревновательная и судейская деятельность.

В разделе «**Основы знаний**» представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме, о гигиенических требованиях, правилах техники безопасности и организации самостоятельных занятий различной направленности, о правилах игры и соревнований избранного вида спорта.

В разделе «**Общая физическая подготовка**» даны упражнения и другие двигательные действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определённые двигательные качества и умения.

В разделе «**Специальная подготовка**» представлен материал по развитию навыков и умений для игры в баскетбол, способствующей обучению школьников техническим и тактическим приёмам игры.

В разделе «**Показателей двигательной подготовленности**» представлены упражнения и приёмы, помогающие следить за уровнем физической подготовленности учащихся.

Материал программы предусматривает три этапа обучения:

- **первый этап** – включает в себя развитие основных физических качеств и овладение базовыми основами техники избранного вида спорта «Баскетбол» (5 - 6 классы);
- **второй этап** – дальнейшее развитие базовых основ техники и основных физических качеств и двигательных навыков (7 - 8 классы);
- **третий этап** – совершенствование технико-тактической подготовки, развитие специальных навыков и умений, участие в соревнованиях, судейство (9 класс)

Учебно-тематический план рабочей программы по дополнительному образованию

№ п/п	Вид программного материала	Этапы обучения и количество часов				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
I	Теория	1	1	1	1	1
II	Общая физическая подготовка	18	16	14	12	8
III	Специальная подготовка	9	11	13	15	19
IV	Контрольные испытания	4	4	4	4	4
V	Участие в соревнованиях	2	4	6	8	12
	Общее количество часов	34	34	34	34	34

Содержание рабочей программы по дополнительному образованию секции «Спортивные игры. Баскетбол»

I этап обучения (5 - 6 класс)

1. Основы знаний.

Сведения о режиме дня и личной гигиены. Гигиенические правила при выполнении физических упражнений. Двигательный режим. Значение и основные правила закаливания. Техника безопасности на занятиях, первая помощь при травмах. Правила игры в баскетбол, оборудование и инвентарь.

2. Общая физическая подготовка.

Бег на короткие, средние и длинные дистанции, ускорения 30 - 60 м, повторно-переменный бег, кросс до 1500 м, челночный бег 4×10, бег с изменением скорости и направления, 6-минутный бег. Прыжки в длину с места и разбега, прыжки в высоту, прыжки через скакалку. Броски набивного мяча (1кг) из различных исходных положений двумя руками и одной, метание малого мяча на дальность и в цель. Упражнения с отягощением для развития силы, упражнения для развития гибкости, подтягивание, отжимание, упражнения для пресса и спины.

3. Специальная подготовка.

Стойка игрока, передвижения в стойке, остановки прыжком и двумя шагами. Ловля мяча с шагом и со сменой мест, ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении и на месте, передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча со сменой рук, скорости, направления, высоты отскока. Бросок мяча двумя руками с отражением от щита, одной рукой с места, после ведения и остановки, в движении после двух шагов. Сочетание изученных элементов игры. Подвижные игры, игры и эстафеты с элементами баскетбола. Учебная игра по упрощённым правилам.

4. Показатели двигательной подготовленности.

Физическая подготовленность.

Физические упражнения.	Мальчики			Девочки		
Бег 20 м,с	3,7	4,0	4,2	3,9	4,2	4,4
Бег 60 м,с	9,8	10,4	11,1	10,0	10,6	11,2
Челночный бег 4×10 м,с	10,9	11,4	11,9	11,2	11,7	12,2
Прыжок в длину с места	190	165	145	180	160	135
Подтягивание на перекладине	6	4	2	18	14	10
Метание теннисного мяча	36	29	21	23	18	15
Кросс 1500 м	8,00	8,30	9,00	8,30	9,00	9,30

Технико-тактическая подготовленность.

Технические действия	Мальчики			Девочки		
	Оценка					
	5	4	3	5	4	3
Передача мяча в круг одной рукой от плеча с	15	14	13	14	13	11

расстояния 2м (высота цели 150см; диаметр 40см; количество точных передач за 20с)						
Броски мяча одной рукой от плеча после ведения с правой и левой стороны (количество попаданий в корзину из 5 попыток)	5/ 4	4/ 3	3/ 2	4/ 3	3/ 2	2/ 1
Броски мяча с места двумя руками о груди или одной рукой от плеча с расстояния 5м (выполняется по 5 попыток с каждой из 5 точек)	13	11	9	12	9	6

5. Судейство и участие в соревнованиях.

Участие в школьных соревнованиях. Знание основных правил игры.

II этап обучения (7 – 8 класс)

1. Основы знаний.

Значение физической культуры для всестороннего развития личности. Реакция организма на различные виды нагрузки. Основные приёмы самоконтроля. Самостраховка при выполнении упражнений. Правила безопасности при выполнении физических упражнений в спортивном зале, на пришкольной площадке, оказание первой помощи при травмах. Двигательные качества и их развитие. Правила игры в баскетбол, основные правила судейства.

2. Общая физическая подготовка.

Бег на различные дистанции, ускорение, повторно – переменный бег 50 - 150м, кросс до 2000 м, челночный бег 6×10 м, шестиминутный бег. Прыжки в длину с места и с разбега, прыжки в высоту, тройной и пятерной прыжок с места, запрыгивания на высоту до 80 см, прыжки через скакалку. Броски набивного мяча (до 2кг) из различных исходных положений, метание теннисного мяча на дальность и точность. Упражнения на развитие гибкости, силовых качеств с отягощением и сопротивлением, подтягивание на перекладине сериями, отжимания в упоре на брусьях, поднимание ног в висе на гимнастической стенке, поднимание туловища из различных исходных положений.

3. Специальная подготовка.

Перемещение игрока в стойке различными способами, остановки прыжком и двумя шагами, повороты на месте. Ведение мяча с изменением направления (по сигналу), скорости и высоты отскока. Передачи мяча с отскоком от пола на месте и при встречном движении, одной рукой от плеча после ведения, одной рукой снизу на месте. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах и тройках. Броски в

движении после двух шагов, в прыжке одной рукой с места, штрафной бросок. Индивидуальные защитные действия передвижения защитника, вырывание и выбивание мяча, перехват мяча, борьба за мяч, не попавший в корзину, добивание мяча. Игра в защите, опека игрока, быстрый прорыв. Сочетание изученных элементов игры. Подвижные игры, игры и эстафеты с элементами баскетбола, учебная двухсторонняя игра. Жесты судьи, основы судейства игры в баскетбол.

4. Показатели двигательной подготовленности.

Физическая подготовленность.

Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
Бег 20м, с	3,6	3,8	4,0	3,9	4,1	4,3
Бег 60 м, с	8,8	9,7	10,5	9,7	10,2	10,8
Челночный бег 6×10м, с	16,7	17,7	18,7	17,8	19,0	20,2
Прыжок в длину с места, см	205	190	160	190	175	145
Подтягивание	11	8	5	15	10	6
Метание теннисного мяча	42	37	28	27	21	17
Кросс 2000 м /мин, с/	10,15	11,00	11,55	10,40	11,30	12,20

Технико-тактическая подготовленность.

Технические действия	Мальчики			Девочки		
	Оценка					
	5	4	3	5	4	3
Передача мяча в круг одной рукой (правой и левой) с расстояния 2м (высота цели 2,5м; диаметр 30см; время 20 передач в с)	25	26	27	28	29	30
Броски двумя и одной рукой с места (количество попаданий из 25 бросков с дистанции 5,5 м, с 5 точек площадки)	15	14	12	13	11	10
Штрафной бросок (количество попаданий из 20 бросков)	14	13	11	13	11	10

5. Судейство и участие в соревнованиях.

Участие в школьных соревнованиях и матчевых встречах. Судейство школьных соревнований.

III этап обучения (9 класс)

1. Основы знаний.

Влияние занятий физическими упражнениями на основные системы организма. Правила самостоятельного выполнения упражнений, способствующих развитию основных физических качеств. Правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений. Проведение занятий физическими упражнениями самостоятельно и со школьниками младших классов. Основы методики обучения техническим приёмам игры в баскетбол. Характеристика основных технико-тактических действий в игре в баскетбол (тактика игры в защите и в нападении, действия игроков нападения и защиты). Организация и проведение соревнований по баскетболу.

2. Общая физическая подготовка.

Старты из различных исходных положений, ускорения 50 - 60 м, повторный переменный бег на отрезках 100 - 200 м, кросс до 3000 м, челночный бег 10 × 10 м. Прыжки в длину с места, тройные и пятерные прыжки, прыжки в глубину и на возвышения до 100 см. Метание гранаты, набивного мяча из различных исходных положений (1, 2, 3 кг). Упражнения с отягощениями в висах и упорах, силовые упражнения с партнёром, упражнения с гантелями, гирями, штангой.

3. Специальная подготовка.

Передвижения в нападении и защите. Ведение мяча без зрительного контроля. Передача мяча переводом, передача мяча от головы, в тройках в движении, одной рукой снизу, в прыжке в любом направлении. Ловля мяча с полуотскока, высоко летящего мяча. Бросок одной и двумя руками сверху в прыжке, бросок в прыжке со средней и дальней дистанции, с преодолением сопротивления, добивание мяча, штрафной бросок. Позиционное нападение, зонная защита, двухсторонняя игра.

4. Показатели двигательной подготовленности.

Физическая подготовленность.

Физические упражнения	Юноши			Девушки		
	5	4	3	5	4	3
Бег 20м, с	3,2	3,5	3,9	3,7	4,0	4,4
Бег 100 м, с	13,1	14,4	15,1	15,8	16,9	18,6
Челночный бег 10/10 м, с	25,0	26,0	31,0	28,6	31,0	33,0
Прыжок в длину с места,	240	220	195	205	180	160

см						
Подтягивание	16	13	10			
Метание гранаты 700/500 г/м	42	32	26	23	18	12
Кросс 3000/2000 м	12,00	13,30	15,00	9,10	10,10	11,00

Технико-тактическая подготовленность.

Технические действия	Мальчики			Девочки		
	Оценка					
	5	4	3	5	4	3
Передача мяча в круг на стене с расстояния 2м (правой и левой попеременно) высота 150см; диаметр 30см; кол-во передач за 30с.	25	23	21	23	21	19
Броски двумя и одной рукой с места (количество попаданий из 25 бросков с дистанции 5 м, с 5 точек площадки)				13	11	10
Бросок одной рукой в прыжке (количество попаданий из 25 бросков с дистанции 4,5 м, с 5 точек площадки)	12	11	10			
Штрафной бросок (кол-во попаданий из 20 бросков любым способом.)	15	14	12	14	12	11

Методическое обеспечение программы

Формы организации деятельности учащихся на занятии: в вводно-подготовительной и заключительной частях – фронтальная, в основной – фронтальная, групповая и индивидуальная.

Для успешного освоения материала в секции «Баскетбол» и формирования знаний, умений и навыков учитывая возрастные, физиологические особенности обучающихся будут использоваться:

Образовательные технологии:

- Развивающие технологии;
- Игровые технологии;
- Технология коллективного взаимообучения (работа в парах) и технология сотрудничества (работа в группах);
- Информационные технологии;
- Здоровьесберегающие технологии;
- Тестовые технологии;
- Технология проблемного обучения.

Принципы обучения: индивидуальность, доступность, преемственность, результативность;

Методы обучения:

- словесные методы обучения: *описание, объяснение, беседа, разбор, комментарии и замечания;*
- наглядные методы обучения: *метод непосредственной наглядности (демонстрации), методы направленного прочувствования двигательного действия;*
- методы упражнения: *расчленено-конструктивный, сопряженного воздействия;*
- проблемные методы: *частично-поисковый, метод проекта;*

Методы воспитания:

- традиционно принятые: *убеждение, поощрение, пример;*
- инновационно-деятельностные: *проектирование, алгоритмизация;*
- неформально-личностные: *пример личностно-значимых людей, пример друзей, пример близких;*
- рефлексивные: *самоанализ, осознание собственной ценности в реальной действительности.*

Методы развития двигательной способности (воспитания):

- стандартного упражнения: *стандартно-непрерывного, стандартно-повторного;*
- переменного упражнения: *переменно-непрерывного, переменного-интервального, круговой метод;*
- игровой;
- соревновательный.

С целью построения эффективной системы **педагогического контроля** будут использоваться следующие методы:

- методы контроля знаний: *метод опроса, программированный метод, метод демонстрации;*
- метод контроля техники двигательных действий: *метод наблюдения, метод упражнений, вызов, комбинированный метод;*
- метод контроля за умением самостоятельно осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность: *метод наблюдения, метод опроса, метод практического выполнения;*
- метод контроля за уровнем физической подготовленности: *тестирование + тесты из Президентских состязаний и ВФСК.*

Формы контроля:

- фронтальный;
- групповой;

– индивидуальный.

Виды контроля:

- предварительный;
- текущий;
- оперативный;
- итоговый.

Предварительный и итоговый контроль организуются только в индивидуальной форме, а текущий, оперативный проводится по группам во фронтальной, групповой и индивидуальный форме в зависимости от поставленных задач.

Информационное обеспечение

I. Список литературы

Литература для учителя

1. Примерная программа «Физическая культура» 5 - 9 классы. под редакцией А.А. Кузнецова, М.В. Рыжакова, А.М. Кондакова М.: Просвещение, 2012 г.
2. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. - 100 с.
3. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008г. - 62 с.
4. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007г. - 134 с.
5. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1999г. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт»)
6. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999г. - 256 с. с илл.
7. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006. - 211, [13] с.: с илл.
8. Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. 4- издание.
9. Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.

Литература для учащихся

1. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. - М.: Просвещение, 1999.

2. Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5 - 7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любомирский,
3. Л.Б. Кофман, В.И. Лях. - М.: Просвещение, 1998.
4. Игнатъев П. В., Воронин Д. И. Физическая культура. 5 – 9 класс. Изд-во «Баласс».
5. Матвеев А.П. Физическая культура. 5, 6, 7, 8, 9 класс. Изд-во «Просвещение».
6. Петрова Т. В., Копылов Ю. А., Полянская Н. В. и др. Физическая культура. 5 – 7 класс. Изд-во «ВЕНТАНА-ГРАФ».
7. Погадаев Г. И. Физическая культура. 5 – 6 класс. Изд-во «Дрофа».

II. Цифровые образовательные ресурсы

1. Сайт учителей физической культуры «Физкультура на «5». Баскетбол. <http://fizkultura-na5.ru/Basketbol.html>
2. Все о баскетболе. Все для баскетбола. <http://obasketbole.ru/treneru>
3. Баскетбол видео. <http://basketball-video.simf.com.ua/>
4. Видео уроки по баскетболу. http://pculture.ru/sekcii/basketball/video_basketball/
5. Уроки баскетбола (видео) <http://sport-lessons.com/teamgames/basketball>
6. Методика обучения в баскетболе. <http://pro-basketball.ru/>

Календарно-тематическое планирование

I этап обучения (5 – 6 класс)

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях баскетболом. Сведения о режиме дня и личной гигиене. Развитие скоростных способностей.	1	0,5	0,5
2			Общая физическая подготовка. Техника передвижений: стойки, повороты, остановки.	1		1
3			История возникновения и развития игры «Баскетбол». ОФП. Повторение техники передвижения приставными шагами,	1	0,5	0,5

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
			правым (левым) боком.			
4			Развитие скоростных способностей средствами баскетбола. Техника ловли и передачи мяча на месте и в движении.	1		1
5			Общая физическая подготовка. Ведение мяча на месте, в движении шагом, в движении бегом по прямой, в движении «змейкой».	1		1
6			Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	1		1
7			Правила игры в баскетбол, судейство. Учебно-тренировочная игра.	1	0,5	0,5
8			Общая физическая подготовка. Совершенствование ведения мяча на месте, в движении шагом, в движении бегом по прямой, в движении «змейкой».	1		1
9			Развитие общей выносливости средствами баскетбола. Совершенствование ловли и передачи мяча двумя руками от груди, стоя на месте, в движении.	1		1
10			Общая физическая подготовка. Совершенствование ведения мяча с изменением направления, с изменением высоты отскока. Эстафеты и подвижные игры с элементами баскетбола «Кто точнее?», «Кто быстрее?», «Передал – садись» и т.д.	1		1
11			Развитие быстроты, челночный бег. Техника бросков мяча: двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места, после ведения и остановки.	1		1
12			Общая физическая подготовка. Повторение техники бросков мяча: двумя руками от груди в баскетбольный щит с места, после ведения и остановки.	1		1

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
13			Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1		1
14			Общая физическая подготовка. Совершенствование техники ведения мяча.	1		1
15			Общая физическая подготовка Чередование способов передвижения приставными шагами правым (левым) боком с разной скоростью, в одном и в разных направлениях; остановка прыжком после ускорения; остановка в один (два) шага после ускорения.	1		1
16			Гигиенические требования при занятиях спортом. Совершенствование техники бросков мяча: двумя руками от груди в баскетбольный щит с места, после ведения и остановки	1		1
17			Развитие быстроты. Эстафеты с элементами ведения мяча, ловли и передачи мяча.	1		1
18			Развитие силы. Совершенствование техники ведения и передачи мяча.	1		1
19			Общая физическая подготовка. Взаимодействие двух игроков: ведение и передача мяча. Тестирование.	1		1
20			Воспитание двигательных способностей. Тактика свободного нападения.	1		1
21			Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Совершенствование техники ведения мяча «змейкой», передачи мяча двумя руками от груди. Тестирование.	1	0,5	0,5
22			Общая физическая подготовка. Совершенствование ловли и передачи мяча двумя руками из-за головы, стоя на месте, в движении.	1		1
23			Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Совершенствование техники бросков мяча: двумя руками от	1		1

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
			груди в баскетбольную корзину с места, после ведения и остановки.			
24			Совершенствование ловли и передачи мяча одной рукой от плеча, стоя на месте, в движении. Тестирование.	1		1
25			Совершенствование ловли и передачи мяча двумя руками с отскоком от пола, стоя на месте, в движении; одной рукой с отскоком от пола, стоя на месте, в движении.	1		1
26			Совершенствование техники ведения и передачи мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	1		1
27			Правила игры в баскетбол, судейство. Учебно-тренировочная игра.	1		1
28			Соревнования	1		1
29			Технико-тактическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	1		1
30			Техника безопасности на занятиях, первая помощь при ушибах. Повторение защитных действий при опеке игрока без мяча и с мячом.	1	0,5	0,5
31			Развитие общей выносливости средствами баскетбола. Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Игра по упрощенным правилам.	1		1
32			Развитие тактического мышления средствами баскетбола. Тестирование. Учебная игра.	1	0,5	0,5
33			Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	1		1
34			Соревнования	1		1
Итого часов				34	3	31

По окончании I этапа обучения обучающиеся должны знать:

1. Значение утренней гимнастики и правило ее проведения.
2. Понятие о гигиене и правило ее соблюдения.
3. Правило соревнований по мини – баскетболу.
4. Гигиенические требования к одежде и спортивной форме.
5. Владеть приемами самоконтроля в процессе занятий.

По окончании I этапа обучения обучающиеся должны уметь:

1. Выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги.
2. Выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу.
3. Ловить мяч двумя руками на месте.
4. Передавать мяч двумя руками: сверху, от плеча, от груди, снизу, с места, с отскоком.
5. Передавать мяч одной рукой с места.
6. Вести мяч: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем, без зрительного контроля.
7. Выполнять ведение мяча: на месте, по прямой линии, по дугам.
8. Выполнять броски в корзину двумя руками: от груди, с отскоком от щита, с места, под углом к щиту.
9. Освободиться для получения мяча.
10. Выполнять упражнение «передай мяч и выходи».
11. Противодействовать получению мяча.
12. Противодействовать розыгрышу мяча.
13. Противодействовать атаке корзины.

Календарно-тематическое планирование

II этап обучения (7 – 9 класс)

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях баскетболом. Значение физической культуры для всестороннего развития личности.	1	0,5	0,5
2			Общая физическая подготовка. Совершенствование техника перемещения игрока в стойке различными способами.	1		1
3			Развитие скоростных способностей средствами баскетбола. Совершенствование	1		1

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
			техники ловли и передачи мяча на месте и в движении.			
4			Реакция организма на различные виды нагрузки. Основные приёмы самоконтроля. Самостраховка при выполнении упражнений. Эстафеты с элементами баскетбола.	1	0,5	0,5
5			Общая физическая подготовка. Совершенствование ведения мяча с изменением направления (по сигналу), скорости и высоты отскока.	1		1
6			Общая физическая подготовка. Совершенствование передачи мяча с отскоком от пола на месте и при встречном движении, одной рукой от плеча после ведения, одной рукой снизу на месте.	1		1
7			Правила игры в баскетбол, основные правила судейства. Жесты судей. Учебно-тренировочная игра.	1	0,5	0,5
8			Общая физическая подготовка. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах и тройках.	1		1
9		сп	Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Броски мяча в баскетбольную корзину в движении после двух шагов, в прыжке одной рукой с места, штрафной бросок.	1		1
10			Общая физическая подготовка. Совершенствование ловли и передачи мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах и тройках.	1		1
11		ОФП	Развитие общей выносливости средствами баскетбола. Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Игра по упрощенным правилам.	1		1
12			Совершенствование защитных действий при опеке игрока без мяча и с мячом.	1		1

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
13			Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Совершенствование перехвата мяча, борьба за мяч после отскока от щита.	1		1
14			Тактическая подготовка: командные действия в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра	1		1
15			Вырывание и выбивание мяча, перехват мяча, борьба за мяч, не попавший в корзину, добивание мяча.	1		1
16		ОФП	Индивидуальные защитные действия передвижения защитника	1		1
17			Повторение защитных действий при опеке игрока без мяча и с мячом.	1		1
18			Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Игра по упрощенным правилам.	1		1
19			Совершенствование передачи мяча одной (двумя) руками с отскоком от пола.	1		1
20		ОФП	Совершенствование ловли высоко летящего мяча, бросков мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.	1		1
21		ОФП	Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Совершенствование изученных элементов игры: техники ведения мяча, ловили и передачи мяча, бросков мяча по баскетбольной корзине.	1		1
22			Совершенствование вырывания и выбивания мяча, перехвата мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	1		1
23			Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Совершенствование изученных элементов игры: техники ведения мяча, ловили и передачи мяча, бросков мяча по баскетбольной корзине. Тестирование.	1		1

№ п/п	Дата	Корре к- тиров ка	Тема урока	общее кол-во учеб. часов	в том числе:	
					тео- рия	прак- тика
24			Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Учебно-тренировочная игра.	1		1
25			Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Игра по упрощенным правилам.	1		1
26			Развитие координационных способностей средствами баскетбола. Совершенствование изученных элементов игры.	1		1
27			Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Игра по упрощенным правилам.	1		1
28			Соревнования	1		1
29			Технико-тактическая подготовка. Тестирование. Учебно-тренировочная игра.	1		1
30			Развитие тактического мышления средствами баскетбола. Учебно-тренировочная игра с заданными тактическими действиями.	1	0,5	0,5
31			Технико-тактическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	1		1
32			Развитие тактического мышления средствами баскетбола. Учебно-тренировочная игра.	1		1
33			Развитие тактического мышления средствами баскетбола. Учебно-тренировочная игра.	1		1
34			Соревнования	1		1
Итого часов				34	2	32

По окончании II этапа обучения обучающиеся должны знать:

1. Как необходимо настраиваться на игру.
2. Как избежать переутомления.
3. Какие существуют восстановительные мероприятия.

4. Как строить самостоятельные занятия по совершенствованию физических качеств и техники движений.

По окончании второго года обучения обучающиеся должны уметь:

1. Ловить мяч одной рукой одной в прыжке.
2. Ловить мяч одной рукой в прыжке.
3. Передавать мяч одной рукой.
4. Передавать мяч одной рукой на одном уровне.
5. Обводить соперника с изменением направления.
6. Выполнять броски в корзину одной рукой: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту.
7. В нападающих действиях выполнить «наведение».
8. В командных нападающих действиях выполнить «скрестный выход».
9. В защитных командных действиях использовать «групповой отбор».
10. В защитных действиях выполнить «проскальзывание».
11. В защитных командных действиях противодействовать «скрестному выходу».
12. Заполнять протокол игры.
13. Оказать первую помощь при легких травмах.

Материально- техническое обеспечение:

- Помещение спортзала (баскетбольная площадка);
- Баскетбольные мячи
- Баскетбольный щит
- Набивные мячи
- Скакалки
- Стойки