



Управление образования г.о.г Кулебаки  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 6  
им. Героя РФ Морева И.А.

Принята на заседании методического  
(педагогического) совета  
От « 30 » августа 2024 г.  
Протокол № 1\_

Утверждаю  
Директор  
Степшина Л. Н.  
« 30 » августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
Физкультурно-спортивной направленности  
«Спортивные игры. Баскетбол»

Возраст обучающихся: 9 -12 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Генералова Елена Анатольевна

г. о.г. Кулебаки  
2024 г.

## **1. Пояснительная записка**

Программа разработана и реализуется в рамках Федерального проекта образования «Успех каждого ребенка». При этом большее внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям. Нормативный срок освоения программы 1 год, программа соответствует возрасту детей 9 -12 лет. На освоение программы отводится 52,5 часа в год.

### **1.1 Актуальность.**

Предпосылкой для создания программы явилось постоянное снижение в последние годы интереса школьников к занятиям спортом, снижение результативности учащихся школьных команд в районных соревнованиях. Спортивные игры является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Они является (в соответствии с интересом к нему со стороны учащихся и возможностями эффективного решения задач физического воспитания) одними из ведущих, видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Тем не менее, в осуществлении такой работы, необходимо ориентироваться на единство всех форм системы физического воспитания школьников: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники. Программа может быть использована в рамках организации внеурочной деятельности по ФГОС НОО.

### **1.2 Направленность: физкультурно - спортивная**

Программа направлена на совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения спортивным играм, физическими упражнениям и техническим действиям.

### **1.3 Педагогическая целесообразность**

Данная программа педагогически целесообразна, т.к. позволяет осуществлять комплексное развитие личности ребенка. Выполнение активной двигательной деятельности на занятиях спортивными играми сочетается с необходимостью анализа игровых ситуаций, быстрого принятия решений, взаимодействия с товарищами по команде и соперником, проявление точности движений, собранности, самоконтроля. В таких условиях открываются широкие возможности для эффективного физического воспитания с одновременным воспитанием морально-волевых качеств, развитием психических способностей, формированием коммуникативных навыков, приобщению к здоровому образу жизни.

### **1.4 Отличительные особенности данной программы от уже существующих.**

Отличительной особенностью программы является ее оздоровительная направленность. Развитие координации, быстроты и точности движений – все это является неотъемлемой частью занятий спортивными играми, необходимым для укрепления здоровья и развития детей. Формирование привычки к активному отдыху, в том, числе с использованием спортивных игр является одним из важных результатов внедрения программы.

### **1.5 Список нормативно-правовых источников.**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (действующая редакция).
2. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

## **2. Содержание программы**

### **2.1 Цель, задачи и планируемые результаты**

**Целью** занятий спортивными играми в образовательном учреждении является создание предпосылок для формирования физической культуры занимающихся посредством углубленного освоения способов двигательной деятельности спортивно-рекреационной направленности раздела «спортивные игры».

В соответствии с представленной целью, задачами работы секции в связи с реализацией данной программы являются:

Оздоровительные:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, в том числе из числа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей и инвалидов;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным и спортивным играм, физическими упражнениями и техническим действиями.

Образовательные:

- формирование представления о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми, формами активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Воспитательные:

- формирование позитивного общения и коллективного взаимодействия;
- проявления доброжелательного и уважительного отношения при объяснении ошибок и способов их устранения;
- формирование умений в организации и судействе спортивных игр.

## **Планируемые результаты**

### **Будут знать как:**

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

### **Будут уметь как:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

### **Будут владеть как:**

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий спортивными играми;
- правильно выполнять технические приемы спортивных игр, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх;
- организовывать собственный досуг и досуг друзей (родственников) с помощью подвижных игр;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- взаимодействовать со сверстниками во время учебных игр или соревнований;
- в доступной форме объяснять правила игр или технику выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## 2.2 Календарный учебный график

Год обуче ния	Сентябрь			Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь			Февраль				Март				Апрель					Май						
	1 неделя 16.09-18.09	2 неделя 23.09-25.09	3 неделя 30.09-02.10	1 неделя 7.10-9.10	2 неделя 14.10-16.10	3 неделя 21.10-23.10	4 неделя 28.10-30.10	1 неделя 4.11-6.11	2 неделя 11.11-13.11	3 неделя 18.11-20.11	4 неделя 25.11-27.11	1 неделя 2.12-4.12	2 неделя 9.12-11.12	3 неделя 16.12-18.12	4 неделя 23.12-25.12	1 неделя 13.01-15.01	2 неделя 20.01-22.01	3 неделя 27.01-29.01	1 неделя 3.02-5.02	2 неделя 10.02-12.02	3 неделя 17.02-19.02	4 неделя 24.02-26.02	1 неделя 3.03-5.03	2 неделя 10.03-12.03	3 неделя 17.03-19.03	4 неделя 24.03-26.03	1 неделя 31.03-2.04	2 неделя 7.04-9.04	3 неделя 14.04-16.04	4 неделя 21.04-23.04	5 неделя 28.04-30.04	1 неделя 5.05-7.05	2 неделя 12.05-14.05	3 неделя 19.05-21.05	4 неделя 26.05-28.05	Кол-во недель	Всего часов	
<b>1</b>	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	35	52,5
<b>Кол-во часов 1 группа</b>	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	35	52,5
<b>Кол-во часов 2 группа</b>	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	35	52,5
<b>Кол-во часов 3 группа</b>	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	35	52,5



Ведение занятий по расписанию



Каникулярный период



Промежуточная аттестация

Входная диагностика

### 3. Учебный план

Модуль	Год обучения	Кол-во часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	1 год обучения				Тестирование.
		52,5	2,5	50	Контрольные упражнения.
	<b>Итого</b>	52,5	2,5	50	

#### Форма и режим работы

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа рассчитана на возраст детей с 9 лет.

Форма обучения – очная.

Форма организации занятий – групповая.

Форма проведения занятий – учебно – тренировочная, соревновательная.

Режим занятий – занятия проводятся 1 раза в неделю по 1.5 часа с 10-15 минутными перерывами для снятия напряжения и отдыха.

### 3.1 Содержание рабочей программы учебного модуля

1	Теоретическая подготовка – 2,5 ч.	Вид деятельности: групповая. Формы организации: Словесный, объяснение, рассказ, беседа. объяснение нового материала.
2	Общая физическая подготовка – 10 ч. - общеразвивающие упражнения; - акробатические упражнения; - подвижные игры и эстафеты; - легкоатлетические упражнения	Вид деятельности: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная Формы организации: Словесный, объяснение, практические задания, объяснение нового материала.
3	Специальная физическая подготовка - 10 ч. - упражнения для развития быстроты; - упражнения для развития скоростно-силовых качеств; - упражнения для развития ловкости; - упражнения для развития специальной выносливости.	Вид деятельности: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная Формы организации: Словесный, объяснение, рассказ, практические задания, объяснение нового материала.
4	Основы техники и тактики игры в баскетбол –14 ч.	Вид деятельности: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная Формы организации: Словесный, объяснение, рассказ, практические задания, закрепление нового материала.
5	Учебно-тренировочные игры–14 ч.	Вид деятельности: групповая, игровая. Формы организации: Словесный, объяснение, практические задания, закрепления нового материала.
6	Входная диагностика – 1 ч.	Тестирование
7	Промежуточная аттестация – 1 ч.	Передача мяча сверху. Метание малого мяча из-за головы двумя руками сидя.
Итого –52.5 ч.		

### 3.2 Тематическое планирование учебного модуля

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов
<i>Теоретическая подготовка.</i>		2,5
1	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу.	
<i>Специальная физическая подготовка.</i>		10
2	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста, специальной выносливости, скоростно-силовых качеств, для развития ловкости.	
<i>Общая физическая подготовка.</i>		10
3	Общеразвивающие упражнения: с партнером; с предметами (набивными мячами, фитболами, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками. Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий.	
<i>Техническая подготовка.</i>		7
4	<b>Упражнения без мяча.</b> Прыжок вверх - вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком. Передвижение правым - левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в шаге после ускорения. Остановка в два шага после ускорения. Повороты на месте. Повороты в движении. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.	
5	<b>Упражнения с мячом. Ловля и передача мяча.</b> Двумя руками от груди стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. Тоже после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. Тоже в движении. Ловля мяча после полуотскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении. <b>Ведение мяча.</b> На месте. В движении шагом. В движении бегом. Тоже с изменением направления и скорости. Тоже с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. <b>Броски мяча.</b> Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в	



	баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину с места. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. В прыжке одной рукой с места. Штрафной. Двумя руками снизу в движении. Вырывание мяча. Выбивание мяча	
<b><i>Тактическая подготовка.</i></b>		7
6	Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	
<b><i>Учебно-тренировочные игры.</i></b>		14
7	Игра по правилам в баскетбол.	
<b><i>Входная диагностика</i></b>		1 ч.
8	Тестирование.	
<b><i>Промежуточная аттестация</i></b>		1 ч.
8	Передача мяча сверху. Метание малого мяча из-за головы двумя руками сидя.	

#### 4. Оценочные материалы

Промежуточная аттестация по итогам освоения дополнительной образовательной программы проводится в форме сдачи тестов по учебным модулям: «Упражнения с мячом», «Общая физическая подготовка».

Передача мяча сверху (стоя у стены) (5попыток). **Мальчики**. Низкий – 2; Средний – 3; Высокий – 4. **Девочки**. Низкий – 2; Средний – 3; Высокий – 4.

Метание набивного мяча из-за головы двумя руками сидя (м). **Мальчики**. Низкий –3; Средний –4; Высокий –5. **Девочки**. Низкий – 2; Средний – 3; Высокий – 4.

Уровень освоения программы оценивается по трем уровням:

-высокий уровень с количеством баллов за работу 29-33 б;

-средний уровень с количеством баллов за работу 15-28 б;

-низкий уровень с количеством баллов за работу менее 15 баллов.

## 5. Методические материалы.

### Задания входной диагностики

1-й год обучения

1. В каком году появился баскетбол как игра: а) 1888; б) 1805; в) 1891.
2. В каком году баскетбол входит в программу Олимпийских игр: а) 1936; б) 1991; в) 1997
3. Какая страна стала Родиной баскетбола: а) Россия; б) Франция; в) США
4. Кто придумал баскетбол как игру: а) Джордж Майкен; б) Д.Фрейзер; в) Д.Нейсмит.
5. Что означает слово «баскетбол»: а) корзина– мяч; б) корзина; в) мяч;
6. Размеры баскетбольной площадки (м): а) 27×15; б) 28×15; в) 26×16.
7. Высота баскетбольной корзины (см): а) 300; б) 305; в) 310.
8. Вес мяча (г): а) 600 – 620; б) 650 – 700; в) 600 – 650.
9. Нарушение правил в баскетболе: а) фол; б) касание рукой корзины; в) касание рукой пола.
10. Сколько игроков во время игры может находиться на площадке: а) 4; б) 5; в) 6.е
11. Матч состоит из: а) двух таймов по 20 минут; б) четырёх таймов по 10 минут; в) трех таймов по 15 минут.
12. Как называется равный счёт по окончании основного времени матча: а) овертайм; б) фол; в) аут.
13. Сколько времени отводится на атаку корзины соперника (с): а) 15; б) 20; в) 24.
14. Какое максимальное количество времени даётся игроку на выбрасывание мяча: а) 3 сек. б) 5 сек. в) 10 сек.
15. Сколько шагов можно делать после ведения мяча: а) 3 шага; б) 2 шага; в) 1 шаг.
16. Техника владения мячом включает в себя следующие приемы: а) ловлю, остановки, повороты, ведение мяча; б) передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты; в) ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину.

## **6. Мониторинг образовательных результатов**

### 1 год обучения

Соответствие теоретических знаний обучающегося программным требованиям.

1. Осмысленность и правильность использования специальной терминологии.

- высокий образовательный результат (полное освоение содержание образования, имеет творческие достижения) -10 б (оптимальный)

- полное освоение программы, но при выполнении заданий допускаются незначительные ошибки – 5 б (достаточный)

- не полное освоение программы, допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий – 1б (недостаточный)

2. Практическая подготовка ребенка:

2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой по каждому конкретному году обучения

2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением.

Соответствие практических умений и навыков обучающегося программным требованиям.

Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения.

Высокий образовательный результат (полное освоение содержание образования, имеет творческие достижения) – 10 б (оптимальный)

- полное освоение программы, но при выполнении заданий допускаются незначительные ошибки – 5 б (достаточный)

- не полное освоение программы, допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий – 1б (недостаточный)

## **Перечень основного оборудования**

Для реализации данной программы в школе имеется:

1. Спортивный зал;
2. Школьный стадион;
3. Кегли, кубики, скакалки, обручи, флажки, теннисные мячи;
4. Шведские стенки, гимнастическое оборудование;
5. Волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи;
6. Набивные мячи.
7. Спортивное оборудование игровой направленности

Большое значение имеют: хорошее освещение и санитарно- гигиенические условия.

### **Литература, используемая при организации образовательного процесса**

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений. / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2011
2. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений. / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2011
3. Спортивные игры. Учеб. Пособие для пед. училищ (отделений) физ. Воспитания. Под ред. Н. П. Воробьева. М., «просвещение», 1975
4. Виленская Т. Е. Физическое воспитание детей младшего возраста: Учебное пособие / Т. Е. Виленская. – Ростов н/ Д : Феникс, 2006
5. Детские подвижные игры / под ред. Е. В. Конеевой. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2006
6. Баршай В. М. Активные игры для детей. Ростов н/Д: Феникс, 2001
7. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе / авт. – сост. М. В. Видякин. Волгоград: Учитель, 2006
8. Куприянов Б. В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей: учеб. – метод. Пособие / Б. В. Куприянов, М. И. Рожков, И. И. Фришман, 2004

### Календарно - тематический план 1 группы

№	Содержание	Часы	Дата	Корректировка
1	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Имитация защитных действий против игрока нападения. Игра в баскетбол.	1,5	16.09	
2	Передвижение в стойке баскетболиста. Ведение мяча на месте, в движении шагом. Техническая подготовка баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1,5	23.09	
3	Ловля мяча после полукоса, ловля высоко летящего мяча. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Ловля катящегося мяча стоя на месте, ловля катящегося мяча в движении. Игра в баскетбол.	1,5	30.09	
4	Быстрый прорыв. Игра в баскетбол. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	7.10	
5	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1,5	14.10	
6	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Остановка в два шага после ускорения. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1,5	21.10	
7	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Тактическая подготовка баскетболиста	1,5	28.10	
8	Остановка в два шага после ускорения. Имитация защитных действий против игрока нападения. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1,5	11.11	4.11 пр. день

9	Быстрый прорыв. Подвижные игры. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1,5	18.11	
10	Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1,5	25.11	
11	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно в движении. Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Игра в баскетбол.	1,5	2.12	
12	Эстафеты с б/б мячом. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1,5	9.12	
13	Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Игра в баскетбол.	1,5	16.12	
14	Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1,5	23.12	
15	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Физическая подготовка баскетболиста. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	13.01	
16	Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1,5	20.01	
17	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	27.01	
18	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.	1,5	3.02	
19	Штрафной бросок мяча в кольцо. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	10.02	
20	Специальные беговые упражнения без мяча. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	17.02	
21	Медленный бег. Полосы	1,5	24.02	



	препятствий. Специальные беговые упражнения без мяча. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.			
22	Психологическая подготовка баскетболиста. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	3.03	
23	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	10.03	
24	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	17.03	
25	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	24.03	
26	Соревновательная деятельность баскетболиста. Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол.	1,5	31.03	
27	Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол. Вырывание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	7.04	
28	Вырывание мяча. Командные действия в нападении. Выбивание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	14.04	
29	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	21.04	
30	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	28.04	
31	Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	5.05	
32	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Игра в баскетбол.	1,5	12.05	
33	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1,5	19.05	

34	Специальные беговые упражнения без мяча. Правила судейства соревнований по баскетболу. Игра в баскетбол.	1,5	26.05	
35	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1,5		

### Календарно - тематический план 2 группы

№	Содержание	Часы	Дата	Корректировка
1	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Имитация защитных действий против игрока нападения. Игра в баскетбол.	1,5	17.09	
2	Передвижение в стойке баскетболиста. Ведение мяча на месте, в движении шагом. Техническая подготовка баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1,5	24.09	
3	Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Ловля катящегося мяча стоя на месте, ловля катящегося мяча в движении. Игра в баскетбол.	1,5	1.10	
4	Быстрый прорыв. Игра в баскетбол. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	8.10	
5	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1,5	15.10	
6	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Остановка в два шага после ускорения. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1,5	22.10	
7	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Тактическая подготовка баскетболиста	1,5	29.10	
8	Остановка в два шага после ускорения. Имитация защитных действий против игрока нападения. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1,5	5.11	
9	Быстрый прорыв. Подвижные игры. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1,5	12.11	
10	Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1,5	19.11	

11	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно в движении. Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Игра в баскетбол.	1,5	26.11	
12	Эстафеты с б/б мячом. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1,5	3.12	
13	Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Игра в баскетбол.	1,5	10.12	
14	Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1,5	17.12	
15	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Физическая подготовка баскетболиста. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	24.12	
16	Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1,5	7.01	
17	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	14.01	
18	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.	1,5	21.01	
19	Штрафной бросок мяча в кольцо. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	28.01	
20	Специальные беговые упражнения без мяча. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	4.02	
21	Медленный бег. Полосы препятствий. Специальные беговые упражнения без мяча. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1,5	11.02	
22	Психологическая подготовка баскетболиста. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	18.02	
23	Бросок мяча одной рукой в прыжке	1,5	25.02	

	после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.			
24	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	4.03	
25	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	11.03	
26	Соревновательная деятельность баскетболиста. Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол.	1,5	18.03	
27	Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол. Вырывание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	25.03	
28	Вырывание мяча. Командные действия в нападении. Выбивание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	8.04	
29	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	15.04	
30	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	22.04	
31	Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	29.04	
32	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Игра в баскетбол.	1,5	6.05	
33	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1,5	13.05	
34	Специальные беговые упражнения без мяча. Правила судейства соревнований по баскетболу. Игра в баскетбол.	1,5	20.05	
35	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1,5	27.05	

### Календарно - тематический план 2 группы

№	Содержание	Часы	Дата	Корректировка
1	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Имитация защитных действий против игрока нападения. Игра в баскетбол.	1,5	18.09	
2	Передвижение в стойке баскетболиста. Ведение мяча на месте, в движении шагом. Техническая подготовка баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1,5	25.09	
3	Ловля мяча после полутскока, ловля высоко летящего мяча. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Ловля катящегося мяча стоя на месте, ловля катящегося мяча в движении. Игра в баскетбол.	1,5	2.10	
4	Быстрый прорыв. Игра в баскетбол. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	9.10	
5	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1,5	16.10	
6	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Остановка в два шага после ускорения. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Игра в баскетбол.	1,5	23.10	
7	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Тактическая подготовка баскетболиста	1,5	30.09	
8	Остановка в два шага после ускорения. Имитация защитных действий против игрока нападения. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1,5	6.11	
9	Быстрый прорыв. Подвижные игры. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1,5	13.11	
10	Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места. Перехват мяча. Игра в баскетбол.	1,5	20.11	

11	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно в движении. Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Игра в баскетбол.	1,5	27.11	
12	Эстафеты с б/б мячом. Ведение мяча с изменением высоты отскока; правой и левой рукой поочередно на месте. Игра в баскетбол.	1,5	4.12	
13	Бросок мяча двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Игра в баскетбол.	1,5	11.12	
14	Ведение с переводом мяча с правой руки на левую и обратно стоя на месте. Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1,5	18.12	
15	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Физическая подготовка баскетболиста. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	25.12	
16	Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Игра в баскетбол.	1,5	8.01	
17	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	15.01	
18	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.	1,5	22.01	
19	Штрафной бросок мяча в кольцо. Специальные беговые упражнения без мяча. Игра в баскетбол.	1,5	29.01	
20	Специальные беговые упражнения без мяча. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	5.02	
21	Медленный бег. Полосы препятствий. Специальные беговые упражнения без мяча. Штрафной бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1,5	12.02	
22	Психологическая подготовка баскетболиста. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	19.02	
23	Бросок мяча одной рукой в прыжке	1,5	26.02	

	после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.			
24	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	5.03	
25	Бросок мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	12.03	
26	Соревновательная деятельность баскетболиста. Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полуотскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол.	1,5	19.03	
27	Штрафной бросок мяча в кольцо. Ловля мяча после полуотскока, ловля высоко летящего мяча. Игра в баскетбол. Вырывание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	26.03	
28	Вырывание мяча. Командные действия в нападении. Выбивание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	2.04	
29	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	9.04	
30	Бросок мяча одной рукой в баскетбольную корзину после ведения; одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. Командные действия в защите. Игра в баскетбол.	1,5	16.04	
31	Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол.	1,5	23.04	
32	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Игра в баскетбол.	1,5	30.04	
33	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно на месте; правой и левой рукой поочередно в движении. Игра в баскетбол.	1,5	7.05	
34	Специальные беговые упражнения без мяча. Правила судейства соревнований по баскетболу. Игра в баскетбол.	1,5	14.05	
35	Остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге после ускорения. Игра в баскетбол.	1,5	21.05	



