

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа села Лорино»**

**РАССМОТРЕНО**  
МО классных руководителей

**СОГЛАСОВАНО**  
УПРАВЛЯЮЩИМ  
СОВЕТОМ

**УТВЕРЖДЕНО**  
директором МБОУ "СОШ  
села Лорино"  
Селимовым Х.И.

Протокол № 1  
от "28.08.2023"

Протокол №6  
от "30.08.2023"

Приказ № 350  
от "30.08.2023"

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Баскетбол»**

**Лорино, 2023**

## **I. Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности «Баскетбол»**

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является

### **1. Гражданское воспитание**

формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;

### **2. Патриотическое воспитание**

ценностного отношения к отечественному культурному, историческому и научному наследию, понимания значения спорта и физической культуры в жизни современного общества, способности владеть достоверной информацией о передовых достижениях мирового и отечественного спорта, заинтересованности в научных знаниях об устройстве мира и общества;

### **3. Духовно-нравственное воспитание**

представления о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовности к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, выполнении экспериментов, создании учебных проектов,

стремления к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовности оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

### **5. Физического воспитание, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия**

осознания ценности жизни, ответственного отношения к своему здоровью, установки на здоровый образ жизни, осознания последствий и неприятия

вредных привычек, необходимости соблюдения правил безопасности в быту и реальной жизни;

#### **6. Трудовое воспитание**

коммуникативной компетентности в общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности; интереса к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения предметных знаний, осознанного выбора индивидуальной траектории продолжения образования с учётом личностных интересов и способности к предмету, общественных интересов и потребностей;

#### **7. Экологическое воспитание**

экологически целесообразного отношения к природе как источнику Жизни на Земле, основе её существования, понимания ценности здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к собственному физическому и психическому здоровью, осознания ценности соблюдения правил безопасного поведения при работе с веществами, а также в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;

способности применять знания, получаемые при изучении предмета, для решения задач, связанных с окружающей природной средой, повышения уровня экологической культуры, осознания глобального характера экологических проблем и путей их решения посредством методов предмета;

экологического мышления, умения руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике

#### **8. Ценности научного познания**

Мировоззренческих представлений соответствующих современному уровню развития науки и составляющих основу для понимания сущности научной картины мира; представлений об основных закономерностях развития природы, взаимосвязях человека с природной средой, о роли предмета в познании этих закономерностей;

познавательных мотивов, направленных на получение новых знаний по предмету, необходимых для объяснения наблюдаемых процессов и явлений;

познавательной и информационной культуры, в том числе навыков самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;

интереса к обучению и познанию, любознательности, готовности и способности к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем;

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

#### **Регулятивные УУД:**

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

- Умение совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **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.

#### **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.
- Умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

#### **Познавательные УУД:**

- овладеют основами реализации проектно-исследовательской деятельности, расширят спектр активно используемых логических действий и операций;
- будут сформированы основы познавательной рефлексии, рефлексивного чтения.

### **Предметные результаты**

#### **10 класс**

- осуществлять совместную деятельность в организации и проведении массовых спортивных соревнований по баскетболу, спортивно-оздоровительных мероприятий, занятий физическими упражнениями по баскетболу;
- определять функциональную направленность упражнений по физической подготовке, владеть технологиями по их использованию в индивидуальных занятиях с учетом показателей здоровья, интересов и потребностей в повышении физической дееспособности организма, формировании телосложения и регулировании массы тела;
- планировать содержание и направленность процесса самостоятельного освоения техники двигательных действий в баскетболе, проводить ее анализ и коррекцию в соответствии с имеющимися образцами;
- тестировать индивидуальное состояние здоровья и физическую работоспособность, анализировать и оценивать динамику их показателей в режиме учебной деятельности.
- пользоваться принципами спортивной тренировки, планировать и регулировать режимы физических нагрузок в системе целенаправленных занятий спортивной подготовкой, определять эффективность их влияния на рост функциональных возможностей основных систем организма.

#### **11 класс**

- выполнять упражнения для профилактики утомления и перенапряжения организма, предупреждения заболеваний, присущих массовым профессиям;

- выполнять технико-тактические действия, физические упражнения и технические приемы баскетбола в условиях соревновательной деятельности;
- физической подготовки, ориентированные на повышение спортивного результата в избранном виде спорта.

***Оздоровительные результаты программы курса внеурочной деятельности:***

- Осознание обучающимися понимания роли курса внеурочной деятельности «Баскетбол» как активного способа собственной жизнедеятельности, как средства укрепления и сохранения своего здоровья, являющегося главной ценностью не только личности, но и всего общества;
- За счет расширения технико-тактической подготовки и совершенствования техники соревнований по баскетболу, обучающиеся начнут активно включаться в массовые спортивные соревнования и мероприятия, являться популяризаторами и носителями здорового образа жизни.

**II Содержание курса с указанием форм и видов деятельности**

10 класс

Название темы, раздела	Форма организации	Вид деятельности
<p><b>Передвижения и остановки без мяча.</b> Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной в перед. Скоростные рывки из различных исходных положений. Остановки: двумя шагами, прыжком. Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки).</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная групповая проблемная работа, беседа</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p><b>проблемно-ценностное общение:</b> взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Ловля мяча.</b> Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке).</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p><b>проблемно-ценностное общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка;</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>

<p><b>Передача мяча.</b>  Передача мяча двумя руками на месте и в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Передача мяча двумя руками сверху. Передача мяча одной рукой снизу вперед. Передача мяча одной рукой снизу назад. Передача мяча одной рукой из-за спины.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику передачи мяча и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Ведение мяча.</b>  Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Броски мяча.</b>  <i>Броски мяча с места.</i>  Бросок двумя руками от груди с места, одной рукой от плеч с места.  <i>Броски мяча в движении.</i>  Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения.  <i>Броски мяча в кольцо.</i>  Бросок одной рукой сверху в прыжке, штрафной бросок.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Отбор мяча.</b>  Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении, Вырывание мяча из рук соперника, Накрывание мяча при броске.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику выполнения отбора мяча, выявлять и устранять типичные ошибки <b>проблемно-ценностное общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах техническая и физическая подготовка;</p>

		<p>техническая и тактическая подготовка;</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Отвлекающие приемы (финты).</b>  Финты без мяча.  Финты с мячом.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности</p> <p><b>проблемно-ценностное общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах</p> <p>техническая и физическая подготовка;</p> <p>техническая и тактическая подготовка;</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Тактика игры.</b>  Индивидуальные действия в нападении и защите – это самостоятельные тактические действия игрока, необходимые для успешного и целесообразного ведения игры. Они подразделяются на индивидуальные действия в нападении и в защите с мячом и без мяча. К индивидуальным действиям в нападении и в защите без мяча относится отрыв от опекающего защитника, выбор позиции для получения мяча, «держание» игрока с мячом и без мяча (личная опека). К индивидуальным действиям игрока с мячом относится эффективное и рациональное применение в игре техники владения мячом (передача, ловля, ведение), а также овладение им (перехваты, выбивание, вырывание).</p>	<p>коллективно - спортивное творческое дело; групповая работа,</p> <p>самостоятельная работа, работа в парах.</p>	<p><b>Игровой:</b> моделировать тактику групповых действий, соблюдать правила безопасности</p>
<p><b>Подвижные игры и эстафеты.</b>  Игры и перемещения игроков. «Спиной к финишу», «бег с</p>	<p>коллективно - спортивное творческое дело; групповая работа,</p>	<p><b>проблемно-ценностное общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах</p> <p>техническая и физическая подготовка;</p>

<p>кувырками», эстафета «челночный бег с переносом кубиков».</p> <p><b>Игры с передачами мяча.</b> Игровое задание «художник», «мяч над головой», «обстрел чужого поля», «не урони мяч», «передачи в движении», «свеча», «поймай и передай», «вызов номеров».</p> <p>Эстафета с передачей баскетбольного мяча. Эстафета «передал – садись», игра «выбивалы», эстафета «забрось мяч в кольцо», «охотники и утки», «живая корзина», «часовые и разведчики», «играй, играй мяч не теряй», «10 передач», «обгони мяч», «за мячом», «ловец с мячом», «пять бросков». «мяч капитану».</p>	<p>самостоятельная работа, работа в парах.</p>	<p>техническая и тактическая подготовка; <b>Игровой:</b> игровая деятельность. Организовывать совместные занятия с обучающимися</p>
---	--	---

11 класс

Название темы, раздела	Форма организации	Вид деятельности
<p><b>Передвижения и остановки без мяча.</b> Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений. Остановки: двумя шагами, прыжком. Прыжки, повороты вперед, назад. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки).</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная групповая проблемная работа, беседа</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p><b>проблемно-ценностное общение:</b> взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Ловля мяча.</b> Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке).</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p><b>проблемно-ценностное</b></p>



		<p><b>общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка;</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Передача мяча.</b> Передача мяча двумя руками на месте и в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Передача мяча двумя руками сверху. Передача мяча одной рукой снизу вперед. Передача мяча одной рукой снизу назад. Передача мяча одной рукой из-за спины.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику передачи мяча и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Ведение мяча.</b> Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Ведение мяча с изменением направления движения. Ведение мяча с обводкой препятствий.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Броски мяча.</b> <i>Броски мяча с места.</i> Бросок двумя руками от груди с места, одной рукой от плеч с места. <i>Броски мяча в движении.</i> Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения. <i>Броски мяча в кольцо.</i> Бросок одной рукой сверху в прыжке, штрафной бросок.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину. <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>

<p><b>Отбор мяча.</b> Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении, Вырывание мяча из рук соперника, Накрывание мяча при броске.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> описывать и выполнять технику выполнения отбора мяча, выявлять и устранять типичные ошибки <b>проблемно-ценностное общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Отвлекающие приемы (финты).</b> Финты без мяча. Финты с мячом.</p>	<p>индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.</p>	<p><b>Познавательный:</b> использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности <b>проблемно-ценностное общение:</b> спортивная практическая деятельность в группе, в парах техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; <b>Игровой:</b> игровая деятельность.</p>
<p><b>Тактика игры.</b> Индивидуальные действия в нападении и защите – это самостоятельные тактические действия игрока, необходимые для успешного и целесообразного ведения игры. Они подразделяются на индивидуальные действия в нападении и в защите с мячом и без мяча. К индивидуальным действиям в нападении и в защите без мяча относится отрыв от опекающего защитника, выбор позиции для получения мяча, «держание» игрока с мячом и без мяча (личная опека). К индивидуальным действиям игрока с мячом относится эффективное и рациональное применение в игре техники владения мячом (передача, ловля,</p>	<p>коллективно - спортивное творческое дело; групповая работа,  самостоятельная работа, работа в парах.</p>	<p><b>Игровой:</b> моделировать тактику групповых действий, соблюдать правила безопасности</p>

ведение), а также овладение им (перехваты, выбивание, вырывание).		
<p><b>Подвижные игры и эстафеты.</b> Игры и перемещения игроков.«Спиной к финишу»,«бег с кувырками»,эстафета «челночный бег с переносом кубиков».</p> <p><b>Игры с передачами мяча.</b> Игровое задание «художник»,«мяч над головой»,«обстрел чужого поля», «не урони мяч»,«передачи в движении»,«свеча»,«поймай и передай»,«вызов номеров».</p> <p>Эстафета с передачей баскетбольного мяча.</p> <p>Эстафета «передал – садись»,игра «выбивалы», эстафета «забрось мяч в кольцо», «охотники и утки», «живая корзина»,«часовые и разведчики», «играй, играй мяч не теряй», «10 передач», «обгони мяч», «за мячом», «ловец с мячом», «пять бросков».«мяч капитану».</p>	<p>коллективно - спортивное творческое дело; групповая работа,</p> <p>самостоятельная работа, работа в парах.</p>	<p><b>проблемно-ценностное общение:</b>спортивная практическая деятельность в группе, в парах техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка;</p> <p><b>Игровой:</b> игровая деятельность. Организовывать совместные занятия с обучающимися</p>

### III. Тематическое планирование

№п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов			
		10	11	Основные направления воспитательной деятельности	ЭОР, ЦОР
Основы знаний (в процессе учебно-тренировочных занятий)					
1	Правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях по баскетболу	.	.	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
2	Терминология в баскетболе. Техника	.	.	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12

	выполнения игровых приемов				
3	Тактические действия в баскетболе	.	.	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
4	Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей	.	.	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
5	Проектно-исследовательская деятельность	.	.	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
<b>Передвижения и остановки без мяча</b>		<b>4</b>	<b>4</b>		
1	Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	1	1	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
2	Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной в перед. Скоростные рывки из различных исходных положений.	1	1	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
3	Остановки: двумя шагами, прыжком	1	1	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
4	Прыжки, повороты вперед, назад			1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
5	Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)	1	1	1.2.3,4,5,7,8	1-9, 11,12
<b>Ловля мяча</b>		<b>1</b>	<b>1</b>		
	Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Передача мяча</b>		<b>7</b>	<b>7</b>		3, 6,5,8
1	Передача мяча двумя руками на месте и в движении	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Передача одной рукой от плеча	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
3	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
4	Передача мяча двумя руками сверху	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
5	Передача мяча одной рукой снизу вперед	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
6	Передача мяча одной рукой снизу назад	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
7	Передача мяча одной рукой из-за	1	1	3, 6,5,8	1-9,13

	спиной				
<b>Ведение мяча</b>		<b>6</b>	<b>6</b>		3, 6,5,8
1	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Ведение мяча с изменением скорости передвижения	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
3	Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
4	Ведение мяча в движении с переводом на другую руку	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
5	Ведение мяча с изменением направления движения	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
6	Ведение мяча с обводкой препятствий	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Броски мяча</b>		<b>5</b>	<b>5</b>		
1	Бросок двумя руками от груди с места	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Бросок одной рукой от плеча с места	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
3	Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
4	Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
5	Штрафной бросок	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Отбор мяча</b>		<b>3</b>	<b>3</b>		
1	Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении	1	С	3, 6,5,8	1-9,13
2	Вырывание мяча из рук соперника	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
3	Накрывание мяча при броске	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Отвлекающие приемы (финты)</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		3, 6,5,8
1	Финты без мяча	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Финты с мячом	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Выполнение комбинаций из основных элементов техники перемещений и владения</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		

МЯЧОМ					
1	Сочетание приемов без бросков мяча в кольцо	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Сочетание приемов с броском мяча в кольцо	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Тактика игры</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		3, 6,5,8
1	Индивидуальные действия в нападении и защите	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Групповые действия в нападении и защите:	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
	- взаимодействие двух игроков;				
	- взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2X1);				
	- взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2X2);				
	- взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;				
	- взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3X2);				
	- взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»);				
	- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка»);				
	- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)				
	Командные действия в нападении и защите: - позиционное нападение; - зонная защита				
	Двухсторонняя учебная игра				
<b>Подвижные игры и эстафеты</b>		<b>2</b>	<b>1</b>		
1	Игра и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1	1	3, 6,5,8	1-9,13
2	Игры, развивающие физические	1	1	3, 6,5,8	1-9,13

	способности				
<b>Физическая подготовка</b>					
1	Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способности, гибкости	.	.	3, 6,5,8	1-9,13
<b>Судейская практика</b>					
1	Судейство игры в баскетбол	.		3, 6,5,8	1-9,13
		<b>34</b>	<b>34</b>	3, 6,5,8	1-9,13
				3, 6,5,8	1-9,13

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся.

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

<http://school-collection.edu.ru>

2. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура» <http://www.openclass.ru>

3. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

4. Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

5. Сайт "Я иду на урок физкультуры"

<http://spo.1september.ru/urok/>

6. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

7. Раздел: Физическая культура и спорт Сайт Rus.Edu- [http://www.rusedu.ru/fizkultura/list\\_49.html](http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.html)

8..История олимпийского образования [Электронный ресурс] / Библиотека Государственного музея спорта; - Режим доступа <http://museumsport.ru/wheelofhistory/olympic-movement/> свободный.

9. «Играю в баскетбол» [Электронный ресурс] / Электронный образовательный ресурс/ <http://eor-np.ru/node/209>

10.Физическая культура в школе [Электронный ресурс] / Режим доступа <http://www.fizkulturavshkole.ru/> свободный.

11. Спортсмены – герои Великой Отечественной войны [Электронный ресурс] / Режим доступа <http://www.minsport.gov.ru/ministry/structure/90-letminsportu/4534/> свободный.

12. Твой олимпийский учебник [Электронный ресурс] / учеб. пособие для олимпийского образования / В. С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России / [http://www.olympic.ru/upload/documents/team/olympic-textbook/tou-25\\_blok.pdf](http://www.olympic.ru/upload/documents/team/olympic-textbook/tou-25_blok.pdf)

13..«Играю в баскетбол» [Электронный ресурс] / Электронный образовательный ресурс/ <http://eor-np.ru/node/209> 8. Интерактивное электронное пособие по самбо [Электронный ресурс] / С.В. Елисеев, С.А. Новик, С.Е. Табаков/ <http://фцоомфв.рф/projects/page36/page121/>





