

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ХАРЦЫЗСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛИЦЕЙ № 9 «ОЛИМП» ГОРОДА ЗУГРЭСА»

РАССМОТРЕНО  
На заседании ШМК учителей  
предметной области  
«Физическая культура,  
экология и НВП/МСП-ОБЖ  
Протокол  
от «30» августа 2022 г. № 8

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
 О.Н. Дорофеева  
«30» августа 2022 г.



УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
 О.Л. Иноземцева  
«30» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
спортивно - оздоровительного направления  
«Баскетбол»  
5-А,5-Б,6-Б,7-А,7-Б,8-А,8-Б, 9-А,9-Б классы  
на 2022-2023 учебный год**

Составитель рабочей программы:  
Харбина С.Ю.  
учитель физической культуры

Зугрэс  
2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа и календарно-тематическое планирование кружка «Баскетбол» разработаны на основе образовательной авторской программы факультативной, кружковой и секционной работы физкультурно-оздоровительного направления.- Донецк: Истоки, 2011.-Мельничук Ю.В., Левко И. В. которая является дополнительной образовательной программой спортивной направленности, предполагает начальный этап подготовки и этап совершенствования освоения знаний и практических навыков.

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол» является модифицированной, т.к. изменено количество часов. Модифицированная программа разработана на основе образовательной авторской программы факультативной, кружковой и секционной работы физкультурно-оздоровительного направления.- Донецк: Истоки, 2011., утвержденной приказом МБОУ «Лицей № 9 «Олимп» от 30.08.2022 г. № 111 с учётом требований к содержанию и структуре, установленных в локальном нормативном акте «Положение о порядке разработки рабочей программы учителя Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей № 9 «Олимп» города Зугрэса», утверждённым приказом МБОУ «Лицей № 9 «Олимп» от 29.08.2019 № 184, Рабочим учебным планом МБОУ «Лицей № 9 «Олимп», утверждённым приказом МБОУ «Лицей № 9 «Олимп» от 30.08.2022 № 111.

Продолжительность занятий – 1 час в неделю.

Объем учебной нагрузки в год – 34 часа.

Программа рассчитана для учащихся 5-9 классов.

Данная учебная программа направлена как на приобретение базовых знаний по физической культуре, гигиены, основ здоровья и здорового образа жизни; воспитание интереса, потребности и привычки к занятиям физическими упражнениями, для совершенствование функциональных возможностей организма, развития основных жизнеобеспечивающих систем, так и на формирование мотивационных и функциональных компетенций по баскетболу. Программа ориентирована на реализацию комплекса учебных, оздоровительных и воспитательных задач:

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значение в жизни человека, сохранения и укрепления здоровья, физического развития;
- расширение двигательного опыта, совершенствования навыков жизненно необходимых двигательных действий, использования в повседневной и игровой деятельности;
- формирование ценностных ориентаций относительно использования физических упражнений как одного из главных факторов здорового образа жизни;
- усвоение техники и тактики баскетбола;
- обеспечение необходимого уровня развития кондиционных качеств, координационных способностей и возможностей функциональных систем организма;
- приобретение теоретических знаний и практического опыта для достижения лучших результатов;
- комплексное совершенствование и проявление в соревновательной деятельности различных сторон подготовленности.

Программа предусматривает комплексные методики обучения, тренировки и воспитания, включая компоненты педагогической деятельности, необходимые для успешного усвоения учащимися знаний, формирование двигательных навыков, совершенствование физических возможностей и воспитание чувства ответственности учащихся за свое физическое состояние, их моральных и волевых качеств и мотивации к самосовершенствованию.

Формирование умений выполнять физические упражнения, их трансформация в навыки, объединение навыков в умение - это длительный сложный процесс. Программа предоставляет ученикам:

- знания, способствующие организации учащихся в процессе физического воспитания (например, правила безопасности, организации игр, судейства)
- знание медико-биологического направления (влияние физических упражнений для функции организма, первая медицинская помощь, усталость и восстановления, методы самоконтроля)
- знания, необходимые для практического усвоения упражнения (о технике и тактике игры)
- знания по организации и методике проведения занятий и соревнований.

### **Цель программы:**

#### **Цель:**

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

##### **Развивающие:**

Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;

Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Расширение спортивного кругозора детей.

##### **Воспитательные:**

Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

- Пропагандировать здоровый образ жизни.

**Содержание работы:** всестороннее изучение техники игры, определение основ индивидуальной и групповой тактики игры, общая физическая подготовка с элементами техники и тактики игры, участие в соревнованиях на первенстве школ; сдача контрольных нормативов по физической подготовке.

Тактическая подготовка определяет целевую направленность и содержание работы по общей и специальной физической подготовке, уточняет функциональные обязанности в команде, определяет выбор системы игры, конкретизирует модель соревновательной деятельности.

### **Содержание программы**

#### **Теоретическая подготовка**

- Основные формы проведения занятий по баскетболу: занятия в школе, внешкольные и внеклассные занятия, тренировочные занятия в секциях.
- Личная и общественная гигиена. Режим труда и отдыха, режим дня и питание. Гигиена сна. Уход за кожей, волосами, полостью рта, ногами. Гигиеническое значение водных процедур (Умывание, обтирание, обливание, душ, бани, купание). Гигиена одежды и обуви. Закаливание организма – использование природных факторов (солнце, воздух, вода) и правило их применения. Гигиенические требования к местам занятий, оборудования, инвентаря, спортивной формы.

- Основы техники и тактики баскетбола.
- Правила игры.

#### Общая физическая подготовка баскетболиста

- Общеразвивающие упражнения.
- Упражнения для рук и плечевого пояса: в разных исходных положениях (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) движение руками - сгибание и разгибание, вращение, махи, отведение и приведение, рывки – одновременно обеими руками и врозь во время шествия и бега .
- Упражнения для ног: подъем на носки; сгибание ног в коленях, тазобедренных суставах; приседания, отвод и приведение ноги махи ногой в разных плоскостях, вращения; выпады с упругие покачивания; подпрыгивать из различных положений ног, сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах.
- Упражнения для шеи и туловища: наклоны, вращения, повороты головы; наклоны, повороты, вращения туловища; поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на боку; сидя из положений лежа на спине и лицом вниз; угол в положении лежа, сидя в положении весу. Эти упражнения могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, палками.
- Прыжки в длину с места, отталкиваясь обеими ногами.
- Бег.
- Различные эстафеты с передачей, с переноской предметов, с баскетбольными мячами, применяя ведения мяча и др.

#### Техническая подготовка баскетболиста

- Ловля мяча
- Передача мяча
- Ведение мяча
- Броски мяча в корзину
- Двойной шаг
- Штрафной бросок

#### Основы тактики игры

- Действия игроков в защите
- Коллективные действия в защите
- Действия игроков в нападении
- Коллективные действия в нападении

#### Описание места факультатива в учебном плане

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Программа позволяет последовательно решать задачи подготовки баскетболистов, формирования у учащихся целостного представления о баскетболе, о физической культуре, возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное - воспитывать личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Рабочая программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте.

### **Основные методы и формы обучения учащихся:**

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: метод упражнений, игровой, соревновательный.

- система специальных упражнений;
- индивидуальная работа с учащимися;
- работа в группах, в парах;
- организация практической деятельности;
- выступление на соревнованиях, как результат этапа деятельности.

### **Планируемые результаты:**

В конце курса занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, расширят функциональные возможности своего организма, станут сильнее, быстрее, выносливее. Также учащиеся должны ознакомиться с правилами игры в баскетбол, простейшим судейством, принимать участие в соревнованиях по баскетболу.

**По окончании первого года обучения воспитанники должны знать:**

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

**По окончании первого года обучения воспитанники должны уметь:**

1. Ловить мяч двумя руками на месте.
2. Передавать мяч двумя руками: сверху, от плеча, от груди, снизу, с отскоком. Передавать мяч одной рукой с места.
3. Вести мяч: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем.
4. Выполнять ведение мяча: на месте, по прямой линии, по дугам.
5. Выполнять броски в корзину двумя руками: от груди, с отскоком от щита, с места, под углом к щиту.
6. Освобождаться для получения мяча.
7. Выполнять упражнение “передай мяч и выходи”.
8. Противодействовать получению мяча.
9. Противодействовать розыгрышу мяча.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов			кол-во часов по модиф. программе
		всего	теория	практика	
1	Теоретические сведения	-			В процессе занятий
2	Общая физическая подготовка	133			В процессе занятий
3	Тактико-техническая подготовка	70			34
4	Инструкторская и судейская практика	3			В процессе занятий
5	Контрольные нормативы	4			В процессе занятий
6	Соревнования	В течение года согласно с календарным планированием спортивных мероприятий			
Всего		216			34

### 1-й годобучения

Содержание учебного материала	Требования к уровню и качеству усвоения учебного материала
<p>Теоретическая подготовка</p> <p>Охрана безопасности жизнедеятельности учащихся. История развития баскетбола. Требования к спортивной одежде и обуви. Режим дня, питания. Понятие о технике игры. Основные правила игры. Ознакомление с правилами соревнований по баскетболу.</p>	<p>ученик:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• объясняет: понятие о технике игры; основные правила игры, основные положения проведения соревнований по баскетболу.</li> <li>• характеризует историю развития баскетбола;</li> </ul>
<p>Физическая подготовка</p> <p>Общая физическая подготовка</p> <p>Общеразвивающие и гимнастические упражнения; упражнения на растягивание, координацию движений; упражнения для формирования осанки и профилактики плоскостопия.</p> <p>Специальная физическая подготовка</p> <p>Ускорение до 15 метров; «Челночный» бег; серийные прыжки, спрыгивание с высоты; упражнения с отягощением; подвижные игры.</p>	<p>выполняет: общеразвивающие и гимнастические упражнения на растягивание, координацию движений; упражнения для коррекции осанки и профилактики плоскостопия; ускорение с места на 5, 10, 15 м из различных положений, «челночный» бег 5x5 м; серийные прыжки; упражнения с отягощением</p>
<p>Техническая подготовка</p> <p>техника нападения</p> <p>Передвижения: чередование ходьбы, бега, прыжков, остановок, поворотов; подвижные игры;</p>	<p>передвижения: чередование ходьбы, бега, прыжков, остановок, поворотов; стойку защитника с выставленной вперед ногой, передвижения приставными шагами в защитной стойке; ускорение; остановки, повороты; прыжки; сочетание стоек и передвижений с техническими приемами в защите; стойку с поднятой вверх рукой; двойным шагом.</p>
<p>Техника передачи и ловли мяча:</p> <p>передача мяча двумя руками от груди;</p>	<p>передачи и ловли мяча: передачу мяча двумя руками от груди; передачу мяча</p>

передача мяча одной рукой от плеча	одной рукой от плеча ловли и передачу мяча, высоко летит;
финты;	финты: финты на передачу мяча, финты на бросание мяча, финты на ведение;
Техника бросков мяча: броски одной рукой сверху; двумя руками от груди; штрафной бросок; подвижные игры;	Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) двумя руками от груди на месте и в движении; штрафной бросок (по упрощенным условиям)
Техника ведения мяча: ведение мяча в парах, тройках; подвижные игры.	Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;
Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры;	Завладения мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита;
<p>Тактическая подготовка тактика нападения</p> <p>Индивидуальные действия без мяча: чередование изученных способов передвижения в сочетании с финтами; выбор места для получения передачи мяча;</p> <p>Индивидуальные действия с мячом: выбор способа ловли мяча; выбор способа и момента передачи мяча между игроками предыдущей и задней линии;</p> <p>групповые действия; взаимодействие двух игроков способом «Передай мяч и выходи»; командные действия распределение обязанностей между игроками для организации нападения.</p> <p>тактика защиты</p> <p>Индивидуальные действия без мяча: противодействие нападающему с мячом в трехсекундной зоне; на дальних подступах к кольцу;</p> <p>Индивидуальные действия с мячом: перехват мяча; подбор, вырывание и выбивание мяча; выбор места в защите между нападающим и щитом; подвижные игры;</p> <p>Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите;</p> <p>Командные действия – организация действий при подборе мяча, отскочивший от щита.</p>	<p>применяет: финты на бросок мяча; финты на ведение мяча; действия для подбора мяча, отскочивший от щита; чередование изученных способов передвижения в сочетании с финтами;</p> <p>осуществляет: противодействие нападающему с мячом в трехсекундной зоне; на дальних подступах к кольцу; выбор места для получения передачи мяча; выбор способа ловли мяча в зависимости от игровой ситуации; выбор способа и момента передачи мяча между игроками передней и задней линии; взаимодействия по способу «Передай мяч и выходи»; выбор места для получения передачи; выбор места в защите между нападающим и щитом; перехвата мяча при передаче; подбор, вырывание и выбивание мяча при его ведении; противодействия двум, трем нападающим;</p> <p>соблюдает правила: гигиены тела, одежды, спортивной формы; учебной игры в баскетбол; безопасности жизнедеятельности во время занятий баскетболом.</p>

## Календарно-тематическое планирование

### 5-А класс

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	06.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Разучивание стойки игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	13.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	20.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	27.09		Разучивание остановок: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	04.10		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	11.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	18.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	25.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	01.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
10	08.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
11	15.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением	

			скорости	
12	22.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	29.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	06.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
15	13.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
16	20.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	27.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
18	10.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
19	17.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
20	24.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	31.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	07.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	14.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
24	21.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места	
25	28.02		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
26	07.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
27	14.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
28	21.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	28.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	04.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
31	11.04		Организация командных действий по принципу выхода на свободное место.	
32	18.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры	
33	25.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры	
34	02.05		Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	
35	16.05		Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий	

			против применения быстрого прорыва противника.	
36	23.05		Индивидуальные действия игроков в защите. Учебная игра	

**Календарно-тематическое планирование  
5-Б класс**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	01.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Разучивание стойки игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	08.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	15.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	22.09		Разучивание остановок: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	29.09		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	06.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	13.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	20.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	27.10		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
10	03.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
11	10.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на	

			бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
12	17.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	24.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	01.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
15	08.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
16	15.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отсочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	22.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
18	29.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
19	12.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
20	19.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	26.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	02.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	09.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
24	16.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места	
25	02.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
26	09.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
27	16.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
28	23.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	30.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	06.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
31	13.04		Организация командных действий по принципу выхода на свободное место Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры.	
32	20.04		Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	
33	27.04		Индивидуальные действия игроков в защите.	
34	04.05		Нападение с целью выбора свободного действия, нападение	

			быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника. Индивидуальные действия игроков в защите.	
35	18.05		Учебная игра.	

**Календарно-тематическое планирование  
6-А, 6-Б классы**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	05.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Разучивание стойки игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	12.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	19.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	26.09		Разучивание остановок: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	03.10		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	10.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	17.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	24.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	31.10		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
10	07.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	

11	14.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
12	21.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	28.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	05.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
15	12.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
16	19.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	26.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
18	09.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
19	16.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
20	23.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	30.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	06.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	13.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
24	20.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места	
25	27.02		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
26	06.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
27	13.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
28	20.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	27.23		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	03.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
31	10.04		Организация командных действий по принципу выхода на свободное место Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры.	
32	24.04		Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	

33	08.05		Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника.	
34	15.05		Индивидуальные действия игроков в защите.	
35	22.05		Учебная игра.	

### Календарно-тематическое планирование

#### 7-А класс

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	01.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Разучивание стойки игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	08.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	15.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	22.09		Разучивание остановок: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	29.09		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	06.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	13.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	20.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	27.10		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
10	03.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	

11	10.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
12	17.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	24.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	01.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
15	08.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
16	15.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	22.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
18	29.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
19	12.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
20	19.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	26.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	02.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	09.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
24	16.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места	
25	02.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
26	09.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
27	16.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
28	23.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	30.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	06.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
31	13.04		Организация командных действий по принципу выхода на свободное место Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры.	
32	20.04		Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	

33	27.04		Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника.	
34	04.05		Индивидуальные действия игроков в защите.	
35	18.05		Учебная игра.	

**Календарно-тематическое планирование  
7-Б класс**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	07.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Разучивание стойки игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	14.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	21.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	28.09		Разучивание остановок: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	04.10		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	12.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	19.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	26.10		Разучивание ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	02.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
10	09.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением	

			скорости	
11	16.11		Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости	
12	23.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	30.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	07.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
15	14.12		Разучивание ловли мяча двумя руками на уровне груди. Техника выполнения. Развитие скоростно-силовых способностей	
16	21.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	28.12		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
18	11.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
19	18.01		Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игры и эстафеты на закрепление ловли и передачи мяча.	
20	25.11		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	01.02		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	08.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	15.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места.	
24	22.02		Разучивание бросков мяча двумя руками от груди с места	
25	01.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
26	15.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
27	22.03		Разучивание бросков мяча одной рукой от плеча с места.	
28	29.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	05.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	12.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
31	19.04		Организация командных действий по принципу выхода на свободное место	
32	26.04		. Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки; эстафеты; подвижные игры.	
33	03.05		Противодействия при бросках мяча в корзину.	

			Противодействие выходу на свободное место для получения мяча	
34	10.05		Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника.	
35	17.05		Индивидуальные действия игроков в защите.	
36	24.05		Учебная игра	

**Календарно-тематическое планирование  
8-А класс**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	02.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	09.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	16.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	23.09		Остановки: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	30.09		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	07.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	14.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	21.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	28.10		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
10	11.04		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
11	18.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
12	25.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	02.12		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная	

			игра	
14	09.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
15	16.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
16	23.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	13.01		Совершенствование двойного шага	
18	20.01		Совершенствование двойного шага	
19	27.01		Совершенствование двойного шага и броска в кольцо	
20	03.02		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	10.02		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	17.02		Бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	24.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
24	03.03		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
25	10.03		Броски мяча: двумя руками от груди на месте и в движении	
26	17.03		Штрафной бросок	
27	24.03		Штрафной бросок	
28	31.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	07.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	14.04		Индивидуальные действия без мяча: противодействие нападающему с мячом в трехсекундной зоне; на дальних подступах к кольцу	
31	21.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки;	
32	28.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки.	
33	05.05		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
34	12.05		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
35	19.05		Индивидуальные действия игроков в защите. Учебная игра.	

**Календарно-тематическое планирование  
8-Б класс**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	01.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	08.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	15.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	22.09		Остановки: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	29.09		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	06.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	13.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	20.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	27.10		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
10	03.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
11	10.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
12	17.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	24.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	01.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
15	08.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
16	15.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя	

			руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	22.12		Совершенствование двойного шага	
18	29.12		Совершенствование двойного шага	
19	12.01		Совершенствование двойного шага и броска в кольцо	
20	19.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	26.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	02.02		Бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	09.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
24	16.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
25	02.03		Броски мяча: двумя руками от груди на месте и в движении	
26	09.03		Штрафной бросок	
27	16.03		Штрафной бросок	
28	23.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	30.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	06.04		Индивидуальные действия без мяча: противодействие нападающему с мячом в трехсекундной зоне; на дальних подступах к кольцу	
31	13.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки;	
32	20.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки.	
33	27.04		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
34	04.05		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
35	18.05		Индивидуальные действия игроков в защите. Учебная игра.	

**Календарно-тематическое планирование  
9-А класс**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	07.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом	

			вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	14.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	21.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	28.09		Остановки: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	04.10		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	12.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	19.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	26.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	02.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
10	09.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
11	16.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
12	23.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	30.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	07.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
15	14.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
16	21.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	28.12		Совершенствование двойного шага	
18	11.01		Совершенствование двойного шага	
19	18.01		Совершенствование двойного шага и броска в кольцо	

20	25.11		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	01.02		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	08.02		Бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	15.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
24	22.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
25	01.03		Броски мяча: двумя руками от груди на месте и в движении	
26	15.03		Штрафной бросок	
27	22.03		Штрафной бросок	
28	29.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	05.04		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	12.04		Индивидуальные действия без мяча: противодействие нападающему с мячом в трехсекундной зоне; на дальних подступах к кольцу	
31	19.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки;	
32	26.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки.	
33	03.05		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
34	10.05		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
35	17.05		Индивидуальные действия игроков в защите. Учебная игра.	
36	24.05		Учебная игра	

**Календарно-тематическое планирование  
9-Б класс**

№ занятия	Дата План	Дата факт	Наименование раздела и темы учебного занятия	Рабочие примечания
1.	06.09		Проведение вводного инструктажа по безопасности жизнедеятельности. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.	
2.	13.09		Инструктаж БЖД на занятиях баскетболом. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
3.	20.09		Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево. Передачи мяча. Ведение мяча.	
4	27.09		Остановки: двумя шагами, прыжком. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с	

			сочетанием способов передвижения. Передвижение приставным шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	
5	04.10		Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Развитие силовых способностей.	
6	11.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
7	18.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
8	25.10		Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком на месте. Техника выполнения	
9	01.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
10	08.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
11	15.11		Ведение мяча: ведение мяча (правой и левой рукой поочередно) с последующей передачей в колоннах, парах, тройках; ведения с сопротивлением защитника;	
12	22.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
13	29.11		Ведение мяча с изменением направления движения. Учебная игра	
14	06.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
15	13.12		Завладение мячом: перехват мяча во время передачи; отбивание мяча; выбивания мяча при ведении; накрытия мяча при бросании; подбора мяча, отскочивший от щита	
16	20.12		Техника выполнения передачи мяча. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом	
17	27.12		Совершенствование двойного шага	
18	10.01		Совершенствование двойного шага	
19	17.01		Совершенствование двойного шага и броска в кольцо	
20	24.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
21	31.01		Передача мяча одной рукой от плеча.	
22	07.02		Бросков мяча двумя руками от груди с места.	
23	14.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита в корзину) .	
24	21.02		Броски мяча: броски одной рукой сверху в движении (из двух шагов) броски одной рукой с места (с отскоком от щита	

			в корзину) .	
25	28.02		Броски мяча: двумя руками от груди на месте и в движении	
26	07.03		Штрафной бросок	
27	14.03		Штрафной бросок	
28	21.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
29	28.03		Сочетание приемов двойной шаг и бросок мяча в кольцо. Двусторонняя учебная игра	
30	04.04		Индивидуальные действия без мяча: противодействие нападающему с мячом в трехсекундной зоне; на дальних подступах к кольцу	
31	11.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки;	
32	18.04		Техника защиты передвижения: стойка защитника; передвижения в защитной стойке; ускорение; остановки; повороты; прыжки.	
33	25.04		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
34	02.05		Групповые действия – противодействие двум, трем нападающим; распределение обязанностей между игроками в защите.	
35	16.05		Индивидуальные действия игроков в защите. Учебная игра.	
36	23.05		Учебная игра.	

## ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

1. Шаблинский В.А. Баскетбол. Что я о нем знаю? – К.: Молодёжь, 1989. – 144 с.
2. Набатникова М.Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. – М.: ФиС, 1982. – 265 с
3. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.
4. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков/ Н.Сортэл — М:ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2002.
5. <http://www.bibliotekar.ru/>, <http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета
6. Щиты с кольцами - 1 комплект
7. Насос ручной- 1 шт.
8. Баскетбольные мячи.
9. Стойки для обводки - 6 шт
10. Гимнастические скамейки - 8 шт.
11. Скакалки - 30 шт
12. Мячи набивные различной массы – 5 шт

Зрешко.  
процуреровано  
и суринено  
и суринено  
и суринено



Директор ИТОУ  
"Исследования и Оценка"  
О.А. Позднеева