

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Управление образования Администрации г. Глазова
МБОУ "СОШ № 17" им. И.А.Наговицына

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



С.А. Усачёв

Протокол № 3 от 20.02.2025 г.



И.А. Вершинина

Приказ № 80 от 25.02.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(ID 6527293)

Баскетбол
для обучающихся 10-11 классов

г. Глазов 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БАСКЕТБОЛ"

Рабочая программа внеурочной деятельности по баскетболу для 10-11 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования);

- Федеральный закон РФ №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);

- санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 (с изменениями)

Рабочая программа внеурочной деятельности «Баскетбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 10-11 классах.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БАСКЕТБОЛ"

Обеспечить учащихся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов. Содействовать укреплению здоровья детей.

Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся. Обеспечить разностороннее физическое развитие.

Основными задачами программы являются:

Укрепление здоровья школьников;

Содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детского организма;

Приобретение учащимися необходимых теоретических знаний;

Овладение баскетболистами основными приемами техники и тактики игры;

Воспитание у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, ответственности, навыков культурного поведения, чувства дружбы;

Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию;

Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;

Выявление перспективных детей и подростков для дальнейшего прохождения обучения в спортивных школах;

Формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;

Укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Данная рабочая программа рассчитана на 34 занятия в 10 классе, 34 занятия в 11 классе (1 раз в неделю).

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ “БАСКЕТБОЛ”: занятия в спортивном зале и на свежем воздухе, соревнования.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БАСКЕТБОЛ"

Теоретическая подготовка

Развитие баскетбола в России. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка баскетболиста. Техническая подготовка баскетболиста. Тактическая подготовка баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболиста.

Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками). Подвижные игры. Эстафеты. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

2. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка(баскетбол)

1. Упражнения без мяча

Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым-левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг 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.

2. Ловля и передача мяча

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. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении. Ловля мяча после полуотскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча

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.

4. Броски мяча

Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. 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 бросок.

5. Тактические действия игры в баскетбол. Тактическая подготовка

Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.

Подвижные игры «Брось—поймай», «Рывок за мячом», «Баскетбол с надувным мячом», «Салки с мячом», «Лапта».

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Регулятивные УУД.

Определять и формулировать цель деятельности на занятии самостоятельно.

Проговаривать последовательность действий.

Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания, учить **работать** по предложенному учителем плану и уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности команды на занятии.

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

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;

- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС**

№ п / п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	1	Развитие баскетбола в России. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка баскетболиста. Техническая подготовка баскетболиста. Тактическая подготовка баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболиста.	Теория Техническая подготовка	https://urok.eduprosvet.ru/#online-lessons
2	Техника передвижения приставными шагами.	1	Техническая подготовка	Техническая подготовка,	https://urok.eduprosvet.ru/#online-lessons

			баскетболиста. Тактическая подготовка баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболиста.	тактическая подготовка	
3	Передача мяча двумя руками от груди.	1	Техническая подготовка баскетболиста. Тактическая подготовка баскетболиста. Психологическая подготовка баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
4	Единая спортивная классификация. Тактика нападения.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			инвентарь для занятий баскетболом.		
5	Техника передвижения при нападении	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
6	Способы ловли мяча.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			Упражнения для развития ловкости баскетболиста.		
7	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	Теоретическая, техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
8	Бросок мяча двумя руками от груди.	1	Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.		
9	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
10	Ведение мяча с переводом на другую руку.	1	Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			<p>Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>		
11	<p>Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».</p>	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Борьба за мяч после отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>

			Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.		
12	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
13	Ловля двумя руками «низкого мяча».	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			<p>развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>		
14	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
15	Чередование изученных технических приемов и их	1	Упражнения для развития быстроты	Техническая подготовка,	https://lesson.edu.ru/catalog

	сочетаний.		<p>движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	<p>тактическая подготовка</p>	
16	Контрольные испытания.	1	<p>Тестирование уровня технической подготовленности</p>	<p>Теоретическая, техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>
17	Командные действия в нападении.	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>Перехват мяча.</p> <p>Вырывание мяча.</p> <p>Выбивание мяча.</p> <p>Борьба за мяч после</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>

			<p>отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p>		
18	<p>Ведение мяча с изменением скорости передвижения.</p>	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/cat alog</p>

19	Индивидуальные действия при нападении.	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
20	Бросок мяча одной рукой от плеча.	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			<p>развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>		
21	<p>Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.</p>	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>
22	<p>Взаимодействие двух игроков «подстраховка».</p>	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>Перехват мяча.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>

			<p>Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>		
23	Совершенствование техники передачи мяча	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>

24	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
25	Действия одного защитника против двух нападающих.	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Борьба за мяч после</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			<p>отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p>		
26	<p>Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.</p>	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/cat alog</p>

27	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание 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.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
28	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Борьба за мяч после</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog

			отскока от щита. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.		
29	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
30	Правила игры и методика судейства. Учебная игра	1	Соревновательная деятельность баскетболиста.	Теоретическая, техническая подготовка,	https://lesson.edu.ru/catalog

			Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	тактическая подготовка	
31	Организация командных действий.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
32	Чередование изученных технических приемов их	1	Упражнения для развития быстроты	Техническая подготовка,	https://lesson.edu.ru/catalog

	способов в различных сочетаниях		<p>движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	<p>тактическая подготовка</p>	
33	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>https://lesson.edu.ru/catalog</p>

			баскетболиста.		
34	Итоги прошедшего спортивного года.	1	Тестирование уровня технической подготовленности	Теоретическая подготовка	https://lesson.edu.ru/catalog
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

11 КЛАСС

№ п / п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.		
3	Совершенствование техники передачи мяча.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
4	Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.		
5	Совершенствование техники передачи мяча.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
6	Тактика защиты.	1	Упражнения для развития быстроты движений	Техническая подготовка, тактическая	http://collection.edu.ru/

			<p>баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	подготовка	
7	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	1	<p>Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
8	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи	1	Упражнения для развития быстроты	Техническая подготовка,	http://collection.edu.ru/

	мяча.		<p>движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	<p>тактическая подготовка</p>	
9	<p>Действия одного защитника против двух нападающих.</p>	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>http://collection.edu.ru/</p>

			баскетболиста.		
10	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	2	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
11	Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.		
12	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
13	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.		
14	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
15	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			инвентарь для занятий баскетболом.		
16	Переключение от действий в нападении к действиям в защите.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
17	Защитные стойки. Защитные передвижения.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.		
18	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
19	Учебная игра.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.		
20	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
21	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.		
22	Организация командных действий.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
23	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.		
24	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	1	Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
25	Техника овладения мячом.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			<p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>		
26	Техника броска мяча одной рукой от плеча.	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
27	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	1	<p>Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.</p> <p>Упражнения для</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			<p>развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>		
28	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	1	<p>Соревновательная деятельность баскетболиста.</p> <p>Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.</p>	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/
29	Учебная игра.	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	Техническая подготовка, тактическая подготовка	http://collection.edu.ru/

			<p>Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>		
30	<p>Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях</p>	1	<p>Соревновательная деятельность баскетболиста.</p> <p>Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование инвентарь для занятий баскетболом.</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая подготовка</p>	<p>http://collection.edu.ru/</p>
31	<p>Учебная игра.</p>	2	<p>Упражнения для развития быстроты движений</p>	<p>Техническая подготовка, тактическая</p>	<p>http://collection.edu.ru/</p>

			<p>баскетболиста. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.</p>	подготовка	
32	Итоги прошедшего спортивного года	1	Тестирование уровня технической подготовленности	Теоретическая подготовка	http://collection.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС**

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	1			http://collection.edu.ru/
2	Техника передвижения приставными шагами.	1			http://collection.edu.ru/
3	Передача мяча двумя руками от груди.	1			http://collection.edu.ru/
4	Единая спортивная классификация. Тактика нападения.	1			http://collection.edu.ru/
5	Техника передвижения при нападении	1			http://collection.edu.ru/
6	Техника передвижения при нападении	1			http://collection.edu.ru/
7	Способы ловли мяча.	1			http://collection.edu.ru/
8	Личная и	1			http://collection.edu.ru/

	общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.				
9	Бросок мяча двумя руками от груди.	1			http://collection.edu.ru/
10	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1			http://collection.edu.ru/
11	Техника ведения мяча.	1			http://collection.edu.ru/
12	Ведение мяча с переводом на другую руку.	1			http://collection.edu.ru/
13	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	1			http://collection.edu.ru/
14	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1			http://collection.edu.ru/

15	Ловля двумя руками «низкого мяча».	1			http://collection.edu.ru/
16	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1			http://collection.edu.ru/
17	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
18	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	1			http://collection.edu.ru/
19	Контрольные испытания.	1	1		http://collection.edu.ru/
20	Командные действия в нападении.	1			http://collection.edu.ru/
21	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	1			http://collection.edu.ru/
22	Многократное выполнение технических приемов	1			http://collection.edu.ru/
23	Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
24	Применение изученных способов	1			http://collection.edu.ru/

	ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.				
25	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	1			http://collection.edu.ru/
26	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	1			http://collection.edu.ru/
27	Командные действия в нападении.	1			http://collection.edu.ru/
28	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1			http://collection.edu.ru/
29	Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	1			http://collection.edu.ru/
30	Применение изученных способов ловли, передач,	1			http://collection.edu.ru/

	ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.				
31	Индивидуальные действия при нападении.	1			http://collection.edu.ru/
32	Индивидуальные действия при нападении.	1			http://collection.edu.ru/
33	Бросок мяча одной рукой от плеча.	1			http://collection.edu.ru/
34	Итоги прошедшего спортивного года.	1			http://collection.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	0	

11 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1			http://collection.edu.ru/
3	Совершенствование техники передачи мяча.	1			http://collection.edu.ru/
4	Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча.	1			http://collection.edu.ru/
5	Совершенствование техники передачи мяча.	1			http://collection.edu.ru/
6	Тактика защиты.	1			http://collection.edu.ru/
7	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	1			http://collection.edu.ru/
8	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	1			http://collection.edu.ru/

9	Действия одного защитника против двух нападающих.	1			http://collection.edu.ru/
10	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1			http://collection.edu.ru/
11	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1			http://collection.edu.ru/
12	Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.	1			http://collection.edu.ru/
13	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1			http://collection.edu.ru/
14	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	1			http://collection.edu.ru/
15	Взаимодействие двух игроков	1			http://collection.edu.ru/

	«подстраховка».				
16	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1			http://collection.edu.ru/
17	Переключение от действий в нападении к действиям в защите.	1			http://collection.edu.ru/
18	Защитные стойки. Защитные передвижения.	1			http://collection.edu.ru/
19	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1			http://collection.edu.ru/
20	Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
21	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	1			http://collection.edu.ru/
22	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
23	Организация	1			http://collection.edu.ru/

	командных действий.				
24	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	1			http://collection.edu.ru/
25	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	1			http://collection.edu.ru/
26	Техника овладения мячом.	1			http://collection.edu.ru/
27	Техника броска мяча одной рукой от плеча.	1			http://collection.edu.ru/
28	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	1			http://collection.edu.ru/
29	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	1			http://collection.edu.ru/
30	Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
31	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	1			http://collection.edu.ru/
32	Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/
33	Учебная игра.	1			http://collection.edu.ru/

34	Итоги прошедшего спортивного года.	1	1		http://collection.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	0	

