

Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Юный баскетболист»
(предметной области физическая культура
для 5-9 классов
МБОУ-СОШ №20 г. Орла)

Орел ,2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно основной образовательной программы основного общего образования (далее - ООП НОО), организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы развития спортивно-оздоровительных способностей учащихся учебного пособия «Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. Работа по новым стандартам. - Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М., Просвещение, 2013» и общеобразовательной программы «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А.П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2012».

Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Общая характеристика курса

Курс введен в ООП ООУ, образовательным учреждением в рамках *спортивно-оздоровительного направления*. Программа курса по баскетболу включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы истории развития баскетбола, техники и правила игры, а также профилактики травматизма, гигиены и самоконтроля.

В практической части углубленно изучаются технические приемы и тактические комбинации. Программа данного курса представляет систему *спортивно-оздоровительных занятий* для учащихся 5-9 классов и реализуется в рамках внеурочной деятельности в соответствии с образовательным планом.

Данная программа разработана в соответствии с положениями нормативно-правовых актов Российской Федерации:

- требования к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программе основного общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. №889.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. Программа по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения.

Актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «Баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в баскетболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование коммуникационных технологий (далее — ИКТ) для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала и т. д.

Важнейшим требованием проведения современного тренировочного процесса является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, половой принадлежности, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Целью программа внеурочной деятельности является обеспечение планируемых результатов по достижению учащимися школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребенка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с целями данной программы можно сформулировать три группы задач, направленных на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов.

Задачи программы:

Спортивно-оздоровительные задачи:

- укрепление здоровья;
- совершенствование физического развития.

Социальные задачи:

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- участие в школьном самоуправлении общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

Общекультурные задачи:

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха.

Образовательные задачи:

- обучение основам техники и тактики игры баскетбол;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

Воспитательные задачи:

- формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Ориентируясь на решение задач образования школьников, данная программа в своем содержании направлена на реализацию:

- *принцип всестороннего и гармонического развития личности.* Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее - физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности ребенка;
- *принцип осознанности и активности* направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям, подвижным играм и игре в баскетбол;
- *принцип активности* предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества;
- *принцип преемственности, последовательности и систематичности* заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим

продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития;

- *принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении* предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения;
- *принцип доступности и пассивности* заключается в применении основного правила дидактики «от простого к сложному, от известного к неизвестному». Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагога и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по общефизической и технической подготовке проводятся в режиме тренировочных. Теорию проходят в процессе тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

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

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели тренер 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; круговой тренировки.

Главным из них является *метод упражнений*, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется *двумя методами*: в целом; по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная; фронтальная; групповая; поточная.

Организация тренировочного процесса на внеурочных занятиях баскетболом осуществляется следующими видами деятельности: *физкультурно-оздоровительной, познавательной, прикладно-ориентированной, игровой, соревновательной*.

Теоретические занятия составляют 10 %, практические 90%.

Программа рассчитана на 216 часов – 6 часов в неделю. Продолжительность занятия 90 минут для учащихся 5-9 класса. Занятия проводятся в спортивном зале школы.

Наполняемость группы: 15-20 человек.

По направленности занятия подразделяются на *однонаправленные, комбинированные, целостно-игровые, контрольные*.

Однонаправленные занятия посвящены только одному из компонентов подготовки баскетболиста: технической, тактической или физической.

Комбинированные занятия включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, тактическая и физическая подготовка.

Целостно-игровые занятия построены на учебной двусторонней игре в баскетбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия в спортивной секции баскетбол МАОУ №186 посвящены приему нормативов у учащихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне физической и интегральной подготовленности учащихся.

К занятиям баскетболом допускаются школьники, относящиеся к основной группе здоровья, на основании результатов медицинского осмотра. Учащиеся подготовительной группы здоровья могут заниматься в секции в соответствии с ограничениями по состоянию здоровья, на основании справки терапевта, в которой указываются противопоказания к тому или иному виду двигательных действий.

Место курса в системе внеурочной деятельности

Программа соответствует целям и задачам внеурочной системы физического воспитания школы и полностью отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Данная программа составлена в соответствии с учебным планом МБОУ-СОШ №20, а также с учетом возрастных особенностей учащихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю. Соответственно программа рассчитана на 34 часов в год. Продолжительность занятия 40 минут.

Содержание курса внеурочной деятельности

Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история.

Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры. **Общая и специальная физическая подготовка.**

Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Морально-волевая и психологическая подготовка.

Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте

и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении.

Бег и прыжки с отягощениями.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска.

Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера.

Комбинированные упражнения.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

Техническая подготовка.

Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении. Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча.

Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение.

Тактика защиты.

Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаке корзины. Подстраховка. Система личной защиты.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, совершенствования физических данных;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий по физической культуре;

- взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой спортивной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности;

- 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 команды и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” – является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- Проговаривать последовательность действий.

- Высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

- Давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

2. 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.

3. 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).

Предметные результаты: учащиеся смогут получить знания:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

Учащиеся могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил; – демонстрировать жесты баскетбольного судьи; – проводить судейство по баскетболу.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Разучивание стойка игрока (исходные положения)	1	https://resh.edu.ru/subject/
2	Стойка игрока (исходные положения)	1	https://resh.edu.ru/subject/
3	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	https://resh.edu.ru/subject/
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	https://resh.edu.ru/subject/
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	https://resh.edu.ru/subject/
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	https://resh.edu.ru/subject/

7	Игровое занятие	1	https://resh.edu.ru/subject/
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	https://resh.edu.ru/subject/
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	https://resh.edu.ru/subject/
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	https://resh.edu.ru/subject/
11	Разучивание передач	1	https://resh.edu.ru/subject/
12	Верхняя передача мяча от груди двумя руками	1	https://resh.edu.ru/subject/
13	Нижняя передача мяча отскоком от пола	1	https://resh.edu.ru/subject/
14	Игровое занятие.	1	https://resh.edu.ru/subject/
15	Разучивание верхняя передача мяча.	1	https://resh.edu.ru/subject/
16	Передача мяча в парах от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/
17	Нижняя передача мяча в парах отскоком от пола.	1	https://resh.edu.ru/subject/
18	Игровое занятие.	1	https://resh.edu.ru/subject/
19	Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.	1	https://resh.edu.ru/subject/
20	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
21	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
22	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.	1	https://resh.edu.ru/subject/
23	Игровое занятие.	1	https://resh.edu.ru/subject/
24	Ведение мяча с разной высотой отскока	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/
26	Броски мяча одной рукой от плеча с места	1	https://resh.edu.ru/subject/
27	Игровое занятие	1	https://resh.edu.ru/subject/
28	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением	1	https://resh.edu.ru/subject/
29	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением	1	https://resh.edu.ru/subject/
30	Бросок мяча после остановки	1	https://resh.edu.ru/subject/
31	Игровое занятие.	1	https://resh.edu.ru/subject/
32	Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением	1	https://resh.edu.ru/subject/
33	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением	1	https://resh.edu.ru/subject/
34	Персональная опека игрока	1	https://resh.edu.ru/subject/

бкласс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	https://resh.edu.ru/subject/
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	https://resh.edu.ru/subject/
9	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
10	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	https://resh.edu.ru/subject/
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/

22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
23	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
24	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	https://resh.edu.ru/subject/
27	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.	1	https://resh.edu.ru/subject/
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
29	Броски мяча в корзину после передач.	1	https://resh.edu.ru/subject/
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
32	Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/
33	Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/
34	Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/

7 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	https://resh.edu.ru/subject/
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	https://resh.edu.ru/subject/
9	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
10	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/

12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	https://resh.edu.ru/subject/
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
23	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
24	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	https://resh.edu.ru/subject/
27	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.	1	https://resh.edu.ru/subject/
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
29	Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
32	Учебная игра. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
33	Учебная игра. Штрафной бросок	1	https://resh.edu.ru/subject/
34	Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против заслонов	1	https://resh.edu.ru/subject/

8 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
---	--------------	--------------	------------------------------------------------

1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	https://resh.edu.ru/subject/
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	https://resh.edu.ru/subject/
9	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
10	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	https://resh.edu.ru/subject/
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
23	Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
24	Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/

26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	https://resh.edu.ru/subject/
27	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.	1	https://resh.edu.ru/subject/
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
29	Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
32	Учебная игра. Штрафной бросок. Треугольник нападения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
33	Учебная игра. Штрафной бросок Треугольник нападения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
34	Учебная игра. Индивидуальные действия в защите против заслонов	1	https://resh.edu.ru/subject/

9 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	https://resh.edu.ru/subject/
2	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
3	Ведение мяча с изменением направления движения	1	https://resh.edu.ru/subject/
4	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
5	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/
6	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/
7	Передача мяча в движении приставным шагом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
8	Передача мяча в движении приставным шагом с сопротивлением.	1	https://resh.edu.ru/subject/
9	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
10	Передачи мяча в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
11	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
12	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	https://resh.edu.ru/subject/
13	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/

14	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
15	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
16	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
17	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	https://resh.edu.ru/subject/
18	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/
19	Индивидуальные действия в защите против дриблинга.	1	https://resh.edu.ru/subject/
20	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
21	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину.	1	https://resh.edu.ru/subject/
22	Индивидуальные действия в защите против заслонов.	1	https://resh.edu.ru/subject/
23	Индивидуальные действия в защите в игре. Зонная защита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
24	Индивидуальные действия в защите в игре. Личная защита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
25	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
26	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции.	1	https://resh.edu.ru/subject/
27	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.	1	https://resh.edu.ru/subject/
28	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	https://resh.edu.ru/subject/
29	Броски мяча в корзину после передач. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/
30	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
31	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок.	1	https://resh.edu.ru/subject/
32	Учебная игра. Личная защита.	1	https://resh.edu.ru/subject/
33	Учебная игра. Личная защита.	1	https://resh.edu.ru/subject/

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5 класс, 6 класс, 7 класс, 8-9 класс, /Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5-9 классы : учебное пособие для общеобразовательных. организаций / А. П. Матвеев. — 6-е изд. — М. : Просвещение, 2021

1. Виноградов, П.А. Об отношении различных групп населения Российской Федерации к Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» (ГТО) (по результатам социологических исследований) / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков – М.: Советский спорт, 2015. – 156 с.
2. Вишневский, В.И., Столяров В.И. Система массовых спортивных соревнований школьников («Команда-класс») по игровым видам спорта: научно-методические рекомендации / В.И. Вишневский, В.И. Столяров – М.: АНО «Учебный Центр информационных и образовательных технологий», 2009. – 131 с.
3. Громова, О.Е. Спортивные игры для детей / О.Е. Громова – М.: ТЦ Сфера, 2003 г. – 123 с.
4. Детские подвижные веселые игры со всего мира . Режим доступа – http://womenlot.ru/dom/igry_narodov_mira.html
5. Жуков, М.Н. Подвижные игры: учеб. для студ. пед. Вузов / М.Н. Жуков – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 160 с.
6. Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры / М. Ф. Литвинова, Под/ред. Л. В. Русской – М.: Просвещение, 1986 – 79с.
7. О русских народных играх. Режим доступа – <http://supercook.ru/det-prazdnik/det-prazdnik-27.html>
8. Примерная образовательная программа внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для учащихся основной школы (5-9 классы). Режим доступа – <http://school10.su/wp-content/uploads/2016/03/Programma-VD-Igrovoe-GTO-dlya-osnovnoy-shkolyi.pdf>
9. Столяров, В.И. Состояние и методологические основы разработки новой теории физического воспитания: монография / В.И. Столяров – Саратов.: ООО Издат. центр «Наука», 2013. – 204 с.
10. Страковская, В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет / В.Л. Страковская – М.: Новая школа, 1994. – 288 с

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/

<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя

<http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1>, <http://school-collection.edu.ru>, <http://www.openclass.ru>,

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

https://www.gto.ru/recomendations/56eacbb1b5cf1c28018b457_5

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Стенка гимнастическая. Скамейка гимнастическая жёсткая

Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты).