****

**Пояснительная записка**

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

Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Рабочая программа внеурочной деятельности “Баскетбол” предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 6-9,10-11 классах.

Баскетбол — один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

**Цель и задачи обучения, воспитания и развития  
детей по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению внеурочной деятельности**

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению “Баскетбол” может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья учащихся, в основу, которой положены культурологический и личностно ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению “Баскетбол” носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей цели:

* формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
* развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

* пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
* популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
* формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
* обучение технике и тактике игры в баскетбол;
* развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
* формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
* воспитание моральных и волевых качеств.

**Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.**

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению “Баскетбол” предназначена для учащихся 6-9 и 10-11 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания и соответствует рекомендациям СанПиН

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Занятие проводится 1 раз в неделю, 34 часа в год

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Личностные результаты:

1) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;

2) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

3) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

4) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

5) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

Метапредметные результаты:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение,

умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на

основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной речью.

Предметные результаты:

* знания об игре
* организовывать занятия физической культурой во внеурочное время (планируя их в режиме дня и учебной недели);
* характеризовать основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем;
* определять понятия и термины по баскетболу (выходящие за рамки программы по предмету «Физическая культура);
* разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи;
* руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий,
* правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и
* погодных условий;
* руководствоваться изученными на уроках и занятиях кружка правилами соблюдения
* безопасности во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
* определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
* способы двигательной (физкультурной) деятельности - использовать игру «Баскетбол» и спортивные соревнования для организации
* индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физической подготовленности;
* составлять комплексы упражнений оздоровительной, тренирующей направленности с учетом особенностей и возможностей собственного организма;
* составлять план проведения соревнований и оформлять протоколы;
* физическое совершенствование - выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности;
* выполнять упражнения, воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
* выполнять технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
* выполнять упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
* осуществлять судейство по баскетболу;

учащийся научится демонстрировать в контрольных упражнениях по показателям:

общая и специальная физическая подготовленность

1. Бег 20м

2. Прыжок в длину с места

3. Высота подскока

4. Бег 60м

техническая подготовленность

1. Ведение мяча 20м

2. Штрафные броски

3. Броски в движении после ведения

4. Броски с точек

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Методы и формы обучения

Словесные методы: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: показ упражнений, наглядные пособия.

Практические методы: метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

**Содержание курса внеурочной деятельности**

Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – часть культуры.

Задачи физического воспитания в России: укрепление здоровья, физическое развитие, подготовка к защите Родины.

Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Краткие сведения о строении и функциях человеческого организма.

Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Режим дня.

Гигиена сна, питания. Гигиена одежды и обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной одежде. Предупреждение травм при занятиях баскетболом.

Оборудование и инвентарь, ТБ. Требования к тренировкам по баскетболу. Правила поведения в спортзале и на спортплощадке. Общие требования к занятиям баскетболом.

Инвентарь для игры в баскетбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Влияние физических упражнений на работоспособность.

Правила игры в баскетбол. Права и обязанности игроков. Костюм игроков.

Упрощенные правила игры. Основы судейской терминологии.

Правила соревнований, их организация и проведение. Правила соревнований.

Положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результата соревнований.

Общая и специальная физическая подготовка. Значение общей и специальной физической подготовки для развития спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства.

Практические занятия. Парные и групповые упражнения: с сопротивлением, перетягивание, переталкивание.

Бег: стартовые рывки с места, повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м, бег со сменой направления по зрительному сигналу, ускорения из различных исходных положений, пробеганные отрезков 40, 60 м; кросс 300 м.

Прыжки :опорные и простые прыжки с мостика, прыжки с доставанием подвешенных предметов, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх.

Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Основы техники и тактики баскетбола. Характеристика основных приемов техники:

Перемещения , ловля, передача, ведение, броски. Значение тактической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике. Связь техники и тактики.

Индивидуальные и групповые тактические действия.

Практические занятия.

Техника нападения. Техника передвижения. Прыжки толчком двух ног. Прыжки толчком одной ноги. Техника владения мячом. Ловля катящегося мяча. Передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками с отскоком от пола. Броски мяча с места одной рукой от плеча, одной рукой сверху. Ведение мяча с изменением скорости

передвижения, с изменением высоты отскока, с переводом мяча на другую руку, с изменением направления движения с обводкой препятствий. Техника защиты. Техника передвижения. Передвижения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Техника овладения мячом. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: выбор способа в зависимости от направления и силы полета мяча; выбор способа передачи в зависимости от расстояния;

применение способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Групповые действия. Взаимодействия трех игроков - «треугольник».

Командные действия. Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего;

выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения

мяча; противодействие выходу на свободное место для получения мяча; действия

одного защитника против двух нападающих. Групповые действия. Взаимодействия двух игроков – отступание. Командные действия. Личная система защиты.

Стритбол («уличный» баскетбол, правила игры).

Учебно-тренировочные игры.

Контрольные игры и соревнования. Соревнования по подвижным играм с элементами баскетбола.

Учебно-тренировочные игры.

Контрольные испытания.

Сдача нормативов по специальной подготовке.

Посещение соревнований.

Посещение соревнований по баскетболу и другим видам

спорта.

Выполнение проектов (на выбор): «Описание запомнившихся соревнований», «Как организовать придомовые соревнования по баскетболу в летний период» (небольшое сочинение, объём до 70 слов/ план организации соревнований).

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока | Содержание | Кол-во  часов | ЦОР |
| 1 | ТБ и ПП. Правила баскетбола. | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Стойки игрока. Учебная игра | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 2 | Перемещения. Учебная игра | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Остановка прыжком. Подвижные игры. | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 3 | Остановка шагом. Подвижные игры. | 1 |  |
| Повороты. ОФП. Учебная игра | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| 4 | Повороты на месте. Учебная игра | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| Ведение мяча на месте. | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| 5 | Ведение шагом. Учебная игра | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| Ведение с изменением направлении, скорости |  |
| 6 | Ведение без сопротивления защитника | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Ведение мяча в низкойстойке на месте | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 7 | Ведение мяча в средней и высокой стойке бегом | 1 |  |
| Игры с элементами баскетбола | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| 8 | Игровые заданияс элементами баскетбола | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 9 | Игра по упрощенным правилам | 1 |  |
| Ловля мяча. Учебная игра |  |
| 10 | Ловля—передача мяча на месте. Учебная игра | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Ловля—передача в движении шагом. Учебная игра | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 11 | Ловля—передача в в движении по прямой | 1 |  |
| Ловля и передача в парах, тройках |  |
| 12 | Ловля и передача в квадрате, круге | 1 |  |
| Бросок с места. Подвижные игры. |  |
| Бросок с места. Игровые задания 3:3, 2:2 |  |  |
| 13 | Бросок с места. Учебная игра | 1 |  |
| Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| 14 | Игры 3:3, 4:4 | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| Штрафной бросок. Игры с элементами баскетбола |  |
| 15 | Силовая подготовка. ОФП | 1 |  |
| Игры с элементами баскетбола |  |
| 16 | Круговая тренировка. Баскетбол 5:5, 4:4 | 1 |  |
| Правила баскетбола 3:3 |  |
| 17 | ОФП. Судейство в баскетболе 3:3 | 1 |  |
| Бросок в движении. Игра 3:3 |  |
| 18 | Свободное нападение | 1 |  |
| Бросок в движении. ОФП |  |
| 19 | Бросок в движении. Учебная игра | 1 | https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/ |
| Бросок в движении. Игры с элементами баскетбола |  |
| 20 | Броски одной и двумя руками после ведения | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Броски одной и двумя руками после ловли |  |
| 21 | Позиционное нападение. Игровые задания 2:2,3:3 | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Позиционное нападение (5 : 0) | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 22 | ОФП. Позиционное нападение. | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 23 | ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 |  |
| Игры с элементами баскетбола |  |
| 24 | Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Игра в мини-баскетбол. | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 25 | ОФП. Игра по правилам баскетбола | 1 |  |
| Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол |  |
| 26 | Игры с элементами баскетбола. | 1 |  |
| Быстрый прорыв. ОФП |  |
| 27 | Быстрый прорыв. Баскетбол | 1 |  |
| Игры и игровые задания 2:1, 3:1, | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| 28 | Игра в мини баскетбол. Судейство в баскетболе | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| Нападение быстрым прорывом. Игра в мини баскетбол |  |
| 29 | Комбинация перемещений. Игра в мини-баскетбол | 1 |  |
| Вырывание мяча. ОФП | 1 |  |
| 30 | Вырывание мяча  Игры с элементами баскетбола. |  |
| Выбивание мяча. ОФП | 1 |  |
| 31 | Выбивание мяча. Учебная игра |  |
| ОФП. Игры 2:1, 3:1 | 1 |  |
| 32 | Игры и игровые задания 3:2, 3:3 | 1 | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/> |
| Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/>  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/1/> |
| 33 | Игра по упрощённым правилам | 1 |  |
| Взаимодействие двух игроков. Игра в мини-баскетбол. |  |
| 34 | ОФП. Игра по правилам баскетбола | 1 |  |
| Игра по правилам баскетбола |  |
|  | итого | 34 ч |  |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Содержание | Кол-во  часов | Дата  проведения | | Материально-техническое оснащение | Универсальные учебные действия (УУД), проекты,  ИКТ-компетенции, межпредметные понятия |
| план | факт |
| 1 | ТБ и ПП. Правила баскетбола. | 1 |  |  | Презентация «Правила безопасности», «История баскетбола», «Основные приёмы игры в баскетбол», «Правила соревнований»  Баскетбольная площадка,  мячи баскетбольные, набивные, скакалки,  свисток | Личностные  -мотивационная основа на занятиях спортивными играми;  -учебно-познавательный интерес к занятиям спортивными играми.  Регулятивные  -умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на  формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);  - планировать свои действия при выполнении  передач, разновидностей бега, бросков мяча с места;  - комплексов упражнений с предметами и без и условиями и реализации;  - учитывать правило в планировании и контроле способа решения;  - адекватно воспринимать оценку учителя;  -оценивать правильность выполнения двигательных действий.  Познавательные  -осуществлять анализ выполненных тактических и технических действий;  - активно включаться в процесс выполнения заданий по спортивным играм ;  - выражать  творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений спредметами и без.  Коммуникативные  уметь слушать и вступать в диалог с учителем и одноклассниками. |
| Стойки игрока. Учебная игра |  |  |
| 2 | Перемещения. Учебная игра | 1 |  |  |
| Остановка прыжком. Подвижные игры. |  |  |
| 3 | Остановка шагом. Подвижные игры. | 1 |  |  |
| Повороты. ОФП. Учебная игра |  |  |
| 4 | Повороты на месте. Учебная игра | 1 |  |  |
| Ведение мяча на месте. |  |  |
| 5 | Ведение шагом. Учебная игра | 1 |  |  |
| Ведение с изменением направлении, скорости |  |  |
| 6 | Ведение без сопротивления защитника | 1 |  |  |
| Ведение мяча в низкойстойке на месте |  |  |
| 7 | Ведение мяча в средней и высокой стойке бегом | 1 |  |  |
| Игры с элементами баскетбола |  |  |
| 8 | Игровые заданияс элементами баскетбола | 1 |  |  |
| 9 | Игра по упрощенным правилам | 1 |  |  |
| Ловля мяча. Учебная игра |  |  |
| 10 | Ловля—передача мяча на месте. Учебная игра | 1 |  |  |
| Ловля—передача в движении шагом. Учебная игра |  |  |
| 11 | Ловля—передача в в движении по прямой | 1 |  |  |
| Ловля и передача в парах, тройках |  |  |
| 12 | Ловля и передача в квадрате, круге | 1 |  |  |
| Бросок с места. Подвижные игры. |  |  |
| Бросок с места. Игровые задания 3:3, 2:2 |  |  |  |
| 13 | Бросок с места. Учебная игра | 1 |  |  |
| Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. |  |  |
| 14 | Игры 3:3, 4:4 | 1 |  |  |
| Штрафной бросок. Игры с элементами баскетбола |  |  |
| 15 | Силовая подготовка. ОФП | 1 |  |  |
| Игры с элементами баскетбола |  |  |
| 16 | Круговая тренировка. Баскетбол 5:5, 4:4 | 1 |  |  |
| Правила баскетбола 3:3 |  |  |
| 17 | ОФП. Судейство в баскетболе 3:3 | 1 |  |  |
| Бросок в движении. Игра 3:3 |  |  |
| 18 | Свободное нападение | 1 |  |  |
| Бросок в движении. ОФП |  |  |
| 19 | Бросок в движении. Учебная игра | 1 |  |  |
| Бросок в движении. Игры с элементами баскетбола |  |  |
| 20 | Броски одной и двумя руками после ведения | 1 |  |  |
| Броски одной и двумя руками после ловли |  |  |
| 21 | Позиционное нападение. Игровые задания 2:2,3:3 | 1 |  |  |
| Позиционное нападение (5 : 0) |  |  |
| 22 | ОФП. Позиционное нападение. | 1 |  |  |
| Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. |  |  |
| 23 | ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола | 1 |  |  |
| Игры с элементами баскетбола |  |  |
| 24 | Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». | 1 |  |  |
| Игра в мини-баскетбол. |  |  |
| 25 | ОФП. Игра по правилам баскетбола | 1 |  |  |
| Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол |  |  |
| 26 | Игры с элементами баскетбола. | 1 |  |  |
| Быстрый прорыв. ОФП |  |  |
| 27 | Быстрый прорыв. Баскетбол | 1 |  |  |
| Игры и игровые задания 2:1, 3:1, |  |  |
| 28 | Игра в мини баскетбол. Судейство в баскетболе | 1 |  |  |
| Нападение быстрым прорывом. Игра в мини баскетбол |  |  |
| 29 | Комбинация перемещений. Игра в мини-баскетбол | 1 |  |  |
| Вырывание мяча. ОФП | 1 |  |  |
| 30 | Вырывание мяча  Игры с элементами баскетбола. |  |  |
| Выбивание мяча. ОФП | 1 |  |  |
| 31 | Выбивание мяча. Учебная игра |  |  |
| ОФП. Игры 2:1, 3:1 | 1 |  |  |
| 32 | Игры и игровые задания 3:2, 3:3 | 1 |  |  |
| Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол |  |  |
| 33 | Игра по упрощённым правилам | 1 |  |  |
| Взаимодействие двух игроков. Игра в мини-баскетбол. |  |  |
| 34 | ОФП. Игра по правилам баскетбола | 1 |  |  |
| Игра по правилам баскетбола |  |  |  |  |
|  | итого | 34 ч |  | |  |  |