

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Шадринска
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

Рассмотрено:
на методическом
объединении
учителей физической
культуры и ОБЖ
Протокол №_1_
"29"августа 2023г.

Принято:
на научно-методическом совете
МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №2»
Протокол №_1_
"29"августа2023г

Утверждаю:
Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа№2»
_____Сергеева Т.А.
Приказ №297
"31"августа 2023г.

Дополнительная общеобразовательная программа
«Баскетбол»

Шадринск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа секции «Баскетбол» по физической культуре, разработана и составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта, основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года №1897.

Программа секции баскетбол внеурочной деятельности составлена на основе учебного пособия В. С. Кузнецова, Г. А. Колодницкого «Внеурочная деятельность учащихся»: Баскетбол/ пособие для учителей и методистов (ФГОС).

В основе принципов создания программы лежит концепция личностного и деятельностного подхода, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Программа по «Спортивным играм» (баскетбол), направлена на:

реализацию учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивная пришкольная площадка), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения.

Соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор, и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности; расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Цель занятий баскетболом состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей учащихся углубить знания, расширить арсенал двигательных умений и навыков. Достигнуть более высокого уровня двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным тренировкам.

Достижение цели обеспечивается решением следующих задач:

- сформировать у обучающихся представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- рациональной организации режима дня, учебы, отдыха, двигательной активности.

Научить:

- выполнять правила личной гигиены;
- правилам, технике и тактике игры в баскетбол;
- определять уровень физической подготовленности;
- приобрести: потребность в занятиях спортом;
- навыки коммуникативного общения;
- представление об основных компонентах здорового образа жизни;
- опыт участия в соревнованиях.

Срок реализации:

Программа ориентирована на обучающихся без специальной подготовки. В группы принимаются дети, на добровольной основе. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Содержание курса

Учебно-тематическое планирование.

Виды подготовки	
Теоретическая	2,5 (В процессе занятий)
Общая физическая	10
Специальная физическая	10
Техническая	26
Тактическая	5

Игровая	24
Инструкторская и судейская практика	В процессе занятий
Контрольные испытания	2
Всего часов	76,5

Техническая подготовка 26 часов.

Приёмы игры	УУД
Стойка баскетболиста и техника передвижений	<p>Описывают технику изучаемых Игровых приемов и действий</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники, игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Выявляют и устраняют типичные ошибки.</p> <p>Моделируют технику освоенных игровых действий, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.</p> <p>Регулятивные: контролируют свою деятельность.</p> <p>Осмысливают: как занятия физическими упражнениями оказывают благотворное влияние на различные системы организма, на его рост и развитие.</p> <p>Учатся подбирать упражнения для развития различных групп мышц.</p>
Остановка прыжком	
Остановка двумя шагами	
Повороты вперед	
Повороты назад	
Ловля мяча двумя руками на месте	
Ловля мяча двумя руками в движении	
Ловля мяча с отскоком от пола на месте	
Ловля мяча с отскоком от пола в движении	
Ловля катящегося мяча двумя руками	
Передача мяча одной и двумя руками от груди на места	
Передача мяча двумя руками сверху на месте	
Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении	
Передача мяча одной и двумя руками с отскоком от пола на месте	
Передача мяча одной и двумя руками с отскоком от пола в движении	
Передача катящегося мяча одной и двумя руками	
Ведение мяча с высоким и низким отскоком	
Ведение мяча со зрительным контролем	
Ведение мяча без зрительного контроля	
Ведение мяча на месте	
Ведение мяча по прямой	
Ведение мяча по дугам	
Ведение мяча по кругам	
Ведение мяча зигзагом	
Ведение мяча с изменением высоты отскока	
Ведение мяча с изменением направления	
Ведение мяча с изменением скорости	
Ведение мяча с переводом перед собой	
Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места	
Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча с места	
Бросок мяча в корзину в движении после остановки одной рукой от плеча	
Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча в движении	
Дистанционные броски в кольцо корзину с места с разных точек: ближние, средние, дальние	
Штрафной бросок мяча в корзину	
Бросок мяча в корзину в сочетании с техническими приёмами	
Стойка баскетболиста и техника передвижений в защите	
Выбивание мяча	
Отбивание мяча	
Накрывание мяча	
Перехват мяча	
Вырывание мяча	

Тактика игры 5 часов.

Приёмы игры	ууд
Выход для получения мяча. Выход для отвлечения противника	Моделируют тактику игровых действий.
Розыгрыш мяча. Атака корзины	

«Передай мячи выходи». Заслон	Учатся выбирать индивидуальные действия в нападении и защите.
Пересечение	
Система быстрого прорыва	
Система эшелонированного прорыва	
Игра в численном большинстве	
Игра в меньшинстве	

Тактика защиты 41часа

Приёмы игры	ууд
Противодействие получению мяча	Учатся игровым действиям. Моделируют игровые действия. Взаимодействуют в игре.
Противодействие выходу на свободное место	
Противодействие розыгрышу мяча	
Противодействие атаке корзины	Учатся соблюдать правила игр.
Подстраховка	
Переключение	
Система личной защиты	
Система личного прессинга	
Игра в большинстве	
Игра в меньшинстве	

Теоретическая 2,5 часа.

Тема	УУД
Физическая культура и спорт в России	Изучают историю баскетбола. Запоминают имена выдающихся спортсменов. Определяют значение упражнений для укрепления здоровья. Запоминают требования к технике безопасности в игре. Учатся контролировать свою физическую подготовленность. Определяют значение соревнований, значение нравственных качеств в игре баскетбол. Знать правила игры.
Состояние и развитие баскетбола в России	
Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена	
Влияние физических упражнений на организм спортсмена	
Гигиенические требования к занимающимся спортом	
Профилактика травматизма в спорте	
Общая характеристика спортивной подготовки	
Планирование и контроль подготовки	
Основы техники игры и техническая подготовка	
Физические качества и физическая подготовка	
Спортивные соревнования	
Правила по мини-баскетболу	
Правила по баскетболу	
Официальные правила ФИБА	
Установка на игру и разбор результатов игры	

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

-укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
-развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей; приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

-воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности;

- воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности;

формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств; формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

Образовательная программа секции «Баскетбол» ориентирована на достижение результатов трёх уровней:

Первый уровень результатов

Приобретение школьниками знаний, понимания социальной реальности. Для достижения результатов первого уровня используются следующие формы деятельности: познавательные беседы, просмотр видеоматериалов.

Второй уровень результатов

Формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям. Для достижения результатов второго уровня используются следующие формы деятельности: практические занятия, упражнение, игра.

Третий уровень результатов

Получение школьником опыта самостоятельного действия. Для достижения результатов третьего уровня используются следующие формы деятельности: эстафеты и игры с элементами баскетбольной техники, соревнования «Мини-баскетбол».

В результате прохождения учащимися программы предполагается достичь следующих результатов:

Учащиеся должны знать: назначение разметки игровой площадки, простейшие игровые приемы (способы перемещений, ведение мяча, передачи мяча, броски); правила игры.

Сформировать позитивное отношение учащихся к занятиям баскетболом, к необходимости развития физических качеств, к самосовершенствованию технических приемов игры.

Учащиеся должны получить опыт: взаимодействия с ровесниками; ставить цель и добиваться результата; участия в соревнованиях.

Нормативные требования по физической подготовке

Группа	Прыжок в длину места(см)		Челночный бег 4х9м (сек)		Бег 20м (сек)		Прыжки через скакалку за 1 минуту (кол-во раз)	
	м	д	м	д	м	д	м	д
Баскетбол	170	160	11,0	11,2	4,0	4,2	100	110

Таблица оценки уровня физической подготовленности обучающихся

Группа	Уровень подготовленности	Прыжок в длину с места (см)		Челночный бег 4х9 м (сек)		Бег 20 (сек)		Прыжки через скакалку за 1 мин	
		170	165	11,0	11,0	4,0	4,2	100	110
Баскетбол	выше среднего	170	165	11,0	11,0	4,0	4,2	100	110
	средний	160	160	11,1	11,3	4,4	4,6	70	80
	ниже среднего	140	135	11,3	11,5	4,5	4,7	50	55

В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:

Физические упражнения. Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Игровые формы работы.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня.

Групповые и индивидуальные формы работы. Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятий	Выполнение требований стандарта	
		знать	уметь
1	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте Физическая культура и спорт в России(Т) Правила по баскетболу(Т)	технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте историю ФК в России правила по баскетболу	выполнять изучаемые упражнения уметь применять их на практике
2	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча Правила по мини-баскетболу(Т) Официальные правила ФИБА(Т)	технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении правила соревнований по баскетболу	выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете применять их на практике
3	Закрепление передач двумя руками над головой	технику передач двумя руками над головой	выполнять передачи одной и двумя руками , повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении, передачи от груди
4	Закрепление техники передач двумя руками в движении Состояние и развитие баскетбола в России(Т)	технику передач двумя руками в движении; правила игры состояние и развитие баскетбола в России	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч»
5	Закрепление техники броска после ведения мяча	технику броска после ведения	выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре
6	Закрепление техники поворотам в движении	технику поворотам в движении	выполнять перемещение, передачи во встречном движении, броски после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине

7	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита	технику ловли мяча, отскочившего от щита	выполнять перемещение в игре «бой с тенью», изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке
8	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена(Т)	технику броска в движении после ловли мяча	выполнять ловлю мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке
9	Закрепление техники броскам в прыжке с места	технику броскам в прыжке с места	выполнять броски в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке
10	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	технику передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	выполнять броски в прыжке с места, изучаемые приемы, броски в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра
11	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	технику передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	выполнять передачи в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180*, ведение с обводкой линий штрафного броска ; применять изучаемые приемы в учебной игре
12	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча		
13	Учет по технической подготовке. Штрафные броски, броски прыжке с места. Влияние физических упражнений на организм спортсмена(Т)	технику зачетных упражнений как физические упражнения влияют на организм	выполнять на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области штрафного броска; применять изучаемые приемы в учебной игре
14	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	выполнять изучаемые приемы, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре
15	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча		
16	Закрепление техники ведения и передач в движении Гигиенические требования к занимающимся спортом(Т)	технику ведения и передач в движении гигиенические требования к занимающимся спортом	выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 х 2, броски ; применять изучаемые приемы в учебной игре

17	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	технику передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре
18	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	технику отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	выполнять изучаемый прием, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применять изучаемые приемы в учебной игре
19	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок	технику отвлекающих действий на бросок	выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, броски; применять изучаемые приемы в учебной игре
20	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок		
21	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	технику передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат
22	Закрепление техники выбивания мяча после ведения Профилактика травматизма в спорте(Т)	технику выбивания мяча после ведения	выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении оказать ПМП при травмах
23	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника	технику атаки двух нападающих против одного защитника	выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1; игра
24	Закрепление выбивания мяча при ведении	технику изучаемых приемов	выполнять изучаемый прием - в парах выбивание мяча при ведении; атака трех нападающих против двух защитников; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные броски. Учебная игра
25	Закрепление выбивания мяча при ведении		
26	Закрепление передач одной рукой с поворотом Общая характеристика спортивной подготовки (Т)	технику изучаемых приемов характеристику спортивной подготовки	Передачи одной рукой с поворотом ; броски двумя руками снизу; добивание мяча в корзину; броски в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра
27	Прием нормативов по технической подготовке	выполнять на результат	штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска
28	Закрепление передач в движении в парах	технику изучаемых приемов	повторить выбивание мяча при ведении , бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; .Передачи в движении в парах ; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места – в парах,

			игроки соревнуются между собой. Учебная игра.
29	Закрепление передач в тройках в движении	технику изучаемых приемов	передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра.
30	Закрепление передач в тройках в движении	технику изучаемых приемов	передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра.
30	Закрепление передач в движении	технику изучаемых приемов	Передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 x 1; 3 x 2; борьба за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра
32	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	борьба за мяч, отскочившего от щита – 3 x 3; быстрый прорыв (схема); передачи через центрального; броски в прыжке с сопротивлением – в парах; Учебная игра
33	Закрепление техники передач мяча Основы техники игры и техническая подготовка	технику изучаемых приемов основы технической и тактической подготовленности	Передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном броске; нападение через центрального игрока; выбивание мяча; учебная игра применять их на практике
34	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	технику изучаемых приемов	Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра.
35	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска		
36	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока	технику изучаемых приемов	Передачи в движении; нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра.
37	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	технику изучаемых приемов	Ведение мяча и выбивание; нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; заслоны; передачи мяча Учебная игра
38	Закрепление через центрального, заслоны. Планирование и контроль подготовки (Т)	технику изучаемых приемов	Броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину; Учебная игра. планировать и контролировать свою физическую подготовку

39	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»	технику изучаемых приемов	Передачи; нападение «тройкой»-подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину ; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра
40	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой»		
41	Прием нормативов по технической подготовке	выполнить на результат	штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска
42	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	технику изучаемых приемов	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний
43	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника Физические качества и физическая подготовка(Т)		
44	Закрепление техники бросков	технику изучаемых приемов	Учебная игра. Броски
45	Закрепление техники бросков		
46	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	технику изучаемых приемов	«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски .Учебная игра.
47	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры Спортивные соревнования(Т)		
48	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока	технику изучаемых приемов	«Салки»; Встречная эстафета с передачами ; заслон с выходом на получение мяча от центрального; плотная система защиты; броски в движении потоком с двух сторон. Учебная игра
49	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального игрока		
50	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока	технику изучаемых приемов	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через центрального; нападение через центрального; выбивание мяча при ведении; Учебная игра
51	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с		

	последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока		
52	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	технику изучаемых приемов	Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра
53	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока		
54	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека центрального игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра
55	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита		
56	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	технику изучаемых приемов	Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра
57	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие		
58	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	технику изучаемых приемов	Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; штрафной бросок – 20; Учебная игра
59	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами		
60	Закрепление пройденного материала	технику изучаемых приемов	Учебная игра. ОФП.
61	Закрепление пройденного материала		
62	Закрепление техники ведения мяча на максимальной скорости	технику изучаемых приемов	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; броски с места. Учебная игра.
63	Закрепление техники ведения мяча на максимальной скорости		
64	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	выполнить на результат	Бег челночным способом, бег на 22 м. с максимальной скоростью;
65	Закрепление техники добивания мяча в корзину	технику изучаемых приемов	Добивание мяча в корзину; переключения-подводящие упражнения; броски в движении. Учебная игра
66	Закрепление техники	технику изучаемых	Передачи в парах; нападение в

	передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	приемов	тройках с активным заслоном; броски с сопротивлением. У. игра
67	Закрепление техники бросков и передач в движении	технику изучаемых приемов	Броски и передачи в движении; плотная опека на $\frac{3}{4}$ площадки; выбивание мяча стоя на месте; броски в прыжке со среднего расстояния.
68	Закрепление техники бросков и передач в движении		
69	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	технику изучаемых приемов	Ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных бросков; освобождение от заслонов; перехваты мяча; Учебная игра
70	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	технику изучаемых приемов	Борьбы за мяч, отскочившего от щита выполняется на двух щитах; зонная защита 2+1+2 и игра против не броски с места с расстояния 6 – 7 м. Учебная игра
71	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита		
72	Закрепление бросков в движении	технику изучаемых приемов	Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах; Учебная игра
73	Прием нормативов по технической и специальной подготовке	выполнить на результат	Сдача нормативов. Учебная игра
74	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки Установка на игру и разбор результатов игры(Т)	технику технических приемов	Учебная игра
75	Совершенствование в технических приемах	технику изучаемых приемов	Технические приемы; ловля мяча двумя руками с полукосака в движении; зонная защита 1+3+1; вбрасывание мяча из-за боковой линии с наведением на двух центровых; Учебная игра
76	Совершенствование в технических приемах		
77	Подведение итогов		

Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе.

Требования к знаниям	Требования к умениям	Требования к компетенциям.
<p>Знать и иметь представление: Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр; - о способах и особенностях движений и передвижений человека, об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении; - о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм; - о физических качествах, об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида; -о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.</p>	<p>Составлять, правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки; вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений; организовывать и проводить самостоятельные занятия; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.</p>	<p>компетентности здоровьесбережения: знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни; компетентности интеграции: с структурирование знаний, ситуативно-адекватной актуализации знания, расширения приращения накопленных знаний; компетентности познавательной деятельности: постановка и решение познавательных задач; нестандартные решения, проблемные ситуации их создание и разрешение; продуктивное и репродуктивное познание, исследование, интеллектуальная деятельность</p>