

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

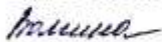
Открытое акционерное общество "Российские железные дороги"

РЖД лицей №13

СОГЛАСОВАНА

Протокол МС №1
от «28» августа 2025 г.

Заместитель директора по УМР



Волгина М.П.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ №252
от «29» августа 2025 г.

Директор

Банных Н.Л.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 7964698)

"СТРИТ-БОЛ. БАСКЕТБОЛ"

для обучающихся 5-9 классов

г. Вихоревка 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Стрит-бол. Баскетбол"

Общая характеристика

Стритбол – это своеобразный вариант баскетбола, еще его называют уличным баскетболом (слово Street с английского – улица). Появился стритбол в 50-е годы прошлого века в США. И хотя этот вид спорта сильно похож на баскетбол, в нем много существенных отличий. Стритбол, несмотря на свою молодость, уже имеет множество поклонников по всему миру, по нему проводятся состязания и турниры.

Баскетбол - популярная спортивная игра. За свою более чем вековую историю он снискал огромное число почитателей во всем мире. Присущие ему высокая эмоциональность и зрелищность, многообразие проявления физических качеств и двигательных навыков, интеллектуальных способностей и психических возможностей привлекают к игре всевозрастающий интерес миллионов поклонников и у нас в стране.

Баскетбол состоит из естественных движений (ходьба, бег, прыжки) и специфических двигательных действий без мяча (остановки, повороты, передвижения приставными шагами, финты и т.д.), а также с мячом (ловля, передача, ведение, броски). Противоборство, целями которого являются взятие корзины соперника и защита своей, вызывает проявление всех жизненно важных для человека физических качеств: скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей, гибкости и выносливости. В работу вовлекаются практически все функциональные системы его организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижение спортивного результата требует от играющих целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себе, чувства коллективизма.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Стрит-бол. Баскетбол"

Цели

укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники баскетбола.

Задачи:

- 1) пропаганда здорового образа жизни;

- 2) популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха;
- 3) формировать устойчивый интерес к занятиям баскетболом;
- 4) обучать технике и тактике игры в баскетбол;
- 5) развивать физические способности (скоростные, силовые, скоростно-силовые, координационные, гибкости и выносливости);
- 6) формировать необходимые теоретические знания;
- 7) воспитывать у детей необходимые моральные и волевые качества;
- 8) прививать организаторские навыки и привычки систематически заниматься физкультурой и спортом.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Стрит-бол. Баскетбол" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Место курса

Рабочая программа учебного предмета, учебного курса (в т.ч. внеурочной деятельности), учебного модуля "Стрит-бол. Баскетбол", в соответствии с планом внеурочной деятельности» реализуется в 5-9 классах через план внеурочной деятельности ООП основного общего образования РЖД лицея №13.

Рабочая программа рассчитана на 170 часов:

Год обучения	Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
Первый	5	1	34
Второй	6	1	34
Третий	7	1	34
Четвертый	8	1	34
Пятый	9	1	34

Срок реализации – 5 лет

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Стрит-бол. Баскетбол"

Формы проведения

коллективные, групповые, индивидуальные формы работы; работа в группах постоянного и сменного состава; спортивные соревнования.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Стрит-бол. Баскетбол"

5 КЛАСС

Стойки и перемещения.

Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.

Остановки.

Двумя шагами, прыжком.

Повороты.

Без мяча и с мячом.

Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Ловля и передачи мяча.

Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

Отбор мяча.

Вырывание мяча, выбивание мяча, перехват мяча.

Ведение мяча.

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.

Финты.

Финты без мяча и с мячом.

Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.

Броски в кольцо.

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.

Индивидуальным действиям в нападении и защите.

Без мяча и с мячом.

Индивидуальные тактические действия в нападении изучают в следующей последовательности: без мяча - выбор места и освобождение от защитников; с мячом - рациональное использование ловли и передач мяча, ведения, бросков мяча в корзину, финтов и сочетаний приемов.

Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям.

Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения,

против которых они направлены. Обучение начинают со знакомства со стойкой защитника, способами его передвижения и тактического использования этих приемов в разных ситуациях.

Подвижные игры.

Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.).

6 КЛАСС

Стойки и перемещения баскетболиста.

Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.

Остановки.

Двумя шагами, прыжком.

Повороты.

Без мяча и с мячом.

Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Ловля и передачи мяча.

Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

Отбор мяча.

Вырывание мяча, выбивание мяча, перехват мяча.

Ведение мяча.

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.

Финты.

Финты без мяча и с мячом.

Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.

Броски в кольцо.

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.

Индивидуальным действиям в нападении и защите.

Без мяча и с мячом.

Индивидуальные тактические действия в нападении изучают в следующей последовательности: без мяча - выбор места и освобождение от защитников;

с мячом - рациональное использование ловли и передач мяча, ведения, бросков мяча в корзину, финтов и сочетаний приемов.

Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям.

Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения, против которых они направлены. Обучение начинают со знакомства со стойкой защитника, способами его передвижения и тактического использования этих приемов в разных ситуациях.

Подвижные игры.

Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.).

7 КЛАСС

Ловля и передача мяча.

Приемы, с помощью которых игрок направляет мяч партнеру, а тот ловит для продолжения атаки. Передачи двумя руками, одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

Перехват мяча.

Перехват мяча в игре осуществляется при его передаче или при его ведении. Успешность **перехвата мяча при передаче** во многом зависит от интуиции и быстроты реакции защитника, а также от его умения правильно занимать позицию при опеке соперника.

Финты.

Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.

Без умения делать финты в баскетболе фактически нельзя обыграть соперника.

Ведение мяча.

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.

Опека игрока.

Наиважнейшая составляющая защитных действий. Опека игрока без мяча и с мячом.

Групповые тактические действия.

В нападении и защите. В нападении играющие решают различные задачи, которые подчиняются самой важной — создание письменного

перевеса над защищающимися и реализации его броском в корзину. Групповые действия в защите отличаются от индивидуальных прежде всего тем, что наличие двух и более игроков даст возможность игрокам согласовывать свои действия, разделять между собой отдельные функции в зависимости от условий игровой обстановки и всегда рассчитывать на взаимопомощь и поддержку партнера.

Броски в кольцо.

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.

Индивидуальным действиям в нападении и защите.

Без мяча и с мячом.

Индивидуальные тактические действия в нападении изучают в следующей последовательности: без мяча - выбор места и освобождение от защитников; с мячом - рациональное использование ловли и передач мяча, ведения, бросков мяча в корзину, финтов и сочетаний приемов.

Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям. Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения, против которых они направлены. Обучение начинают со знакомства со стойкой защитника, способами его передвижения и тактического использования этих приемов в разных ситуациях.

Комбинации из освоенных элементов техники.

Обучение комбинациям (ведение – остановка – бросок, ведение – остановка – пас и т.д.).

Контрольные упражнения для определения технической подготовленности.

8 КЛАСС

Ловля и передача мяча.

Приемы, с помощью которых игрок направляет мяч партнеру, а тот ловит для продолжения атаки. Передачи двумя руками, одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

Перехват мяча.

Перехват мяча в игре осуществляется при его передаче или при его ведении. Успешность **перехвата мяча при передаче** во многом зависит от интуиции и быстроты реакции защитника, а также от его умения правильно занимать позицию при опеке соперника.

Финты.

Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.

Без умения делать финты в баскетболе фактически нельзя обыграть соперника.

Ведение мяча.

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.

Опека игрока.

Наиважнейшая составляющая защитных действий. Опека игрока без мяча и с мячом.

Групповые тактические действия.

В нападении и защите. В нападении играющие решают различные задачи, которые подчиняются самой важной — создание письменного перевеса над защищающимися и реализации его броском в корзину. Групповые действия в защите отличаются от индивидуальных прежде всего тем, что наличие двух и более игроков даст возможность игрокам согласовывать свои действия, разделять между собой отдельные функции в зависимости от условий игровой обстановки и всегда рассчитывать на взаимопомощь и поддержку партнера.

Броски в кольцо.

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.

Индивидуальным действиям в нападении и защите.

Без мяча и с мячом.

Индивидуальные тактические действия в нападении изучают в следующей последовательности: без мяча - выбор места и освобождение от защитников; с мячом - рациональное использование ловли и передач мяча, ведения, бросков мяча в корзину, финтов и сочетаний приемов.

Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям. Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения, против которых они направлены. Обучение начинают со знакомства со стойкой защитника, способами его передвижения и тактического использования этих приемов в разных ситуациях.

Комбинации из освоенных элементов техники.

Обучение комбинациям (ведение – остановка – бросок, ведение – остановка – пас и т.д.).

Контрольные упражнения для определения технической подготовленности.

9 КЛАСС

Ловля и передача мяча.

Приемы, с помощью которых игрок направляет мяч партнеру, а тот ловит для продолжения атаки. Передачи двумя руками, одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

Финты.

Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.

Без умения делать финты в баскетболе фактически нельзя обыграть соперника.

Ведение мяча.

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.

Опека игрока.

Наиважнейшая составляющая защитных действий. Опека игрока без мяча и с мячом.

Групповые тактические действия.

В нападении и защите. В нападении играющие решают различные задачи, которые подчиняются самой важной — создание письменного перевеса над защищающимися и реализации его броском в корзину. Групповые действия в защите отличаются от индивидуальных прежде всего тем, что наличие двух и более игроков даст возможность игрокам согласовывать свои действия, разделять между собой отдельные функции в зависимости от условий игровой обстановки и всегда рассчитывать на взаимопомощь и поддержку партнера.

Броски в кольцо.

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.

Индивидуальным действиям в нападении и защите.

Без мяча и с мячом.

Индивидуальные тактические действия в нападении изучают в следующей последовательности: без мяча - выбор места и освобождение от защитников; с мячом - рациональное использование ловли и передач мяча, ведения, бросков мяча в корзину, финтов и сочетаний приемов.

Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям. Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения, против которых они направлены. Обучение начинают со знакомства со стойкой защитника, способами его передвижения и тактического использования этих приемов в разных ситуациях.

Комбинации из освоенных элементов техники.

Обучение комбинациям (ведение – остановка – бросок, ведение – остановка – пас и т.д.).

Контрольные упражнения для определения технической подготовленности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе.

По основным направлениям воспитания:

- гражданское: неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;
- патриотическое: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- духовно-нравственное: ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;
- эстетическое: восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства;
- физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;
- трудовое: осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых

умений для этого; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей;

- экологическое: повышение уровня экологической культуры; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
- ценность научного познания: овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Адаптация обучающихся к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;
- потребность во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и знаниям других;
- потребность в действии в условиях неопределенности, в повышении уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
- необходимость в формировании новых знаний, умений связывать образы, формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее неизвестных, осознание дефицита собственных знаний и компетенций, планирование своего развития;
- умение оперировать основными понятиями, терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития, анализировать и выявлять взаимосвязь природы, общества и экономики, оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижения целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный, речевой и читательский опыт; воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;

- оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;
- формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в сложившейся ситуации;
- быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость

применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, «мозговые штурмы» и иные);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;
- сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;
- делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
 - объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
 - вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
 - оценивать соответствие результата цели и условиям;
- 3) эмоциональный интеллект:
- различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
 - выявлять и анализировать причины эмоций;
 - ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
 - регулировать способ выражения эмоций;
- 4) принятие себя и других:
- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
 - признавать свое право на ошибку и такое же право другого;
 - принимать себя и других, не осуждая;
 - открытость себе и другим;
 - осознавать невозможность контролировать все вокруг.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

5 КЛАСС

Ученик научится:

- *выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);*
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно относиться при объяснении ошибок и способов их устранения;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, знать требования техники безопасности.

Ученик получит возможность научиться:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения.

6 КЛАСС

Ученик научится:

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела), развивать основные физические качества;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- планировать и организовывать режим дня, организацию отдыха и досуга.

7 КЛАСС

Ученик научится:

- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- представлять баскетбол как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

8 КЛАСС

Ученик научится:

- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно относиться при объяснении ошибок и способов их устранения.

Ученик получит возможность научиться:

- представлять баскетбол как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- объяснять в доступной форме правила (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, их исправление.

9 КЛАСС

Выпускник научится:

- владеть основами судейства игры в баскетбол;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Выпускник получит возможность научиться:

- планировать и организовывать режим дня, организацию отдыха и досуга;
- объяснять в доступной форме правила (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, их исправление.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Название модуля					
Раздел 1. Название					
1.1	Стойки и перемещения.	1	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	индивидуальные	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev
1.2	Остановки.	1	Двумя шагами, прыжком.	индивидуальные	
1.3	Повороты.	1	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	индивидуальные	
1.4	Ловля и передачи мяча.	2	Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и	групповые	

			в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).		
1.5	Отбор мяча.	6	Вырывание мяча, выбивание мяча, перехват мяча.	групповые	
1.6	Ведение мяча.	5	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	индивидуальные и групповые	
1.7	Финты.	3	Финты без мяча и с мячом.	индивидуальные	
1.8	Броски в кольцо.	8	Броски одной и двумя руками с места и в движении.	коллективные	
1.9	Индивидуальным действиям в нападении и защите.	6	Индивидуальные тактические действия в нападении изучают в следующей последовательности: без мяча - выбор	индивидуальные	

			места и освобождение от защитников; с мячом - рациональное использование ловли и передач мяча, ведения, бросков мяча в корзину, финтов и сочетаний приемов.		
1.10	Подвижные игры.	1	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.).	коллективные	
Итого		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Название модуля					
Раздел 1. Название					
1.1	Стойки и перемещения баскетболиста.	1	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	индивидуальные	
1.2	Остановки.	1	Двумя шагами, прыжком.	индивидуальные	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
1.3	Повороты.	2	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	коллективные	
1.4	Ловля и передачи мяча.	4	Передача мяча двумя руками от груди и одной	групповые	

			рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).		
1.5	Отбор мяча.	5	Вырывание мяча, выбивание мяча, перехват мяча.	групповые	
1.6	Ведение мяча.	6	Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	индивидуальные	
1.7	Финты.	2	Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.	индивидуальные	
1.8	Броски в кольцо.	6	Броски одной и	коллективные	

			двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.		
1.9	Индивидуальным действиям в нападении и защите.	6	Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям. Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения, против которых они направлены.	индивидуальные и коллективные	
1.10	Подвижные игры.	1	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.).	коллективные	
Итого		34			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	
--	----	--

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Название модуля					
Раздел 1. Название					
1.1	Ловля и передача мяча.	3	Приемы, с помощью которых игрок направляет мяч партнеру, а тот ловит для продолжения атаки.	групповые	
1.2	Перехват мяча.	3	Перехват мяча в игре осуществляется при его передаче или при его ведении.	коллективные	
1.3	Финты.	3	Финты – это не просто обманные движения, это своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и	индивидуальные	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev

			безупречной работы ног.		
1.4	Ведение мяча.	3	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	коллективные	
1.5	Опека игрока.	2	Наиважнейшая составляющая защитных действий. Опека игрока без мяча и с мячом.	индивидуальные	
1.6	Групповые тактические действия.	3	В нападении и защите. В нападении играющие решают различные задачи, которые подчиняются самой важной — создание письменного перевеса над защищающимися	групповые	

			и реализации его броском в корзину.		
1.7	Броски в кольцо.	6	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	коллективные	
1.8	Индивидуальным действиям в нападении и защите.	6	Без мяча и с мячом.	индивидуальные	
1.9	Комбинации из освоенных элементов техники.	3	Обучение комбинациям (ведение – остановка – бросок, ведение – остановка – пас и т.д.).	индивидуальные и групповые	
1.10	Контрольные упражнения	2	Контрольные упражнения для определения технической подготовленности.	индивидуальные и групповые	
Итого		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Название модуля					
Раздел 1. Название					
1.1	Ловля и передача мяча.	3	Передачи двумя руками, одной рукой от плеча.	групповые	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev
1.2	Перехват мяча.	2	Успешность перехвата мяча при передаче во многом зависит от интуиции и скорости реакции защитника, а также от его умения правильно занимать позицию при опеке соперника.	индивидуальные	
1.3	Финты.	2	Без умения делать финты в баскетболе фактически нельзя обыграть соперника.	коллективные	
1.4	Ведение мяча.	3	Ведение без	индивидуальные	

			сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.		
1.5	Опека игрока.	2	Наиважнейшая составляющая защитных действий. Опека игрока без мяча и с мячом.	коллективные	
1.6	Групповые тактические действия.	8	Групповые действия в защите отличаются от индивидуальных прежде всего тем, что наличие двух и более игроков даст возможность игрокам согласовывать свои действия, разделять между собой отдельные функции в зависимости от условий игровой обстановки и всегда рассчитывать на	групповые	

			взаимопомощь и поддержку партнера.		
1.7	Броски в кольцо.	6	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	индивидуальные	
1.8	Индивидуальным действиям в нападении и защите.	3	Обучение приемам техники и индивидуальным защитным действиям. Начинают его после того, как игроки овладели теми приемами нападения, против которых они направлены. Обучение начинают со знакомства со стойкой защитника,	индивидуальные	

			способами его передвижения и тактического использования этих приемов в разных ситуациях.		
1.9	Комбинации из освоенных элементов техники.	4	Обучение комбинациям (ведение – остановка – бросок, ведение – остановка – пас и т.д.).	групповые	
1.10	Контрольные упражнения	1	Контрольные упражнения для определения технической подготовленности.	спортивные соревнования	
Итого		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Название модуля					
Раздел 1. Название					
1.1	Ловля и передача мяча.	3	Приемы, с помощью которых игрок направляет мяч партнеру, а тот ловит для продолжения атаки. Передачи двумя руками, одной рукой от плеча. Передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).	групповые	
1.2	Финты.	3	Финты – это не просто обманные движения, это	индивидуальные	

			своевременные тактические решения, требующие мгновенной реакции и безупречной работы ног.		
1.3	Ведение мяча.	3	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	индивидуальные	
1.4	Опека игрока.	2	Наиважнейшая составляющая защитных действий. Опека игрока без мяча и с мячом.	индивидуальные	
1.5	Групповые тактические действия.	9	В нападении и защите.	групповые	
1.6	Броски в кольцо.	7	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после	индивидуальные	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev

			ведения, после ловли) без сопротивления защитника.		
1.7	Индивидуальным действиям в нападении и защите.	3	Без мяча и с мячом.	индивидуальные	
1.8	Комбинации из освоенных элементов техники.	2	Обучение комбинациям (ведение – остановка – бросок, ведение – остановка – пас и т.д.).	коллективные	
1.9	Контрольные упражнения	2	Контрольные упражнения для определения технической подготовленности.	Тесты	
Итого		34			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по технике безопасности. Игра «Стрит-бол».	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev
2	Стойки и передвижения игрока. Остановка: прыжком, двумя шагами.	1		1	
3	Повороты с мячом на месте и после ведения.	1		1	
4	Ведение мяча на месте. Игра «Стрит-бол».	1		1	
5	Обучение ведению мяча без зрительного контроля на месте и в движении. Баскетбол.	2		2	
6	Ведение мяча с изменением направления.	2		2	
7	Обучение броску одной рукой от плеча в корзину на месте.	2		2	
8	Обучение броску одной рукой от плеча в корзину в движении после ведения.	3		3	
9	Обучение броску в прыжке после ведения.	3		3	
10	Обучение финтам без мяча («уходом») и с мячом (передачи	3		3	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev

	мяча).				
11	Передачи мяча в парах в движении. Игра «Стрит-бол».	2		2	
12	Отбор мяча (вырывание) на месте.	2		2	
13	Обучение выбиванию мяча из рук соперника при ведении. Подвижная игра «Выбей мяч».	2		2	
14	Обучение перехватам мяча. Игра «Стрит-бол».	2		2	
15	Обучение индивидуальным действиям в нападении и защите без мяча (отрыв от опекающего защитника).	2		2	
16	Обучение индивидуальным действиям в нападении и защите («держание» игрока с мячом и без мяча – личная опека).	2		2	
17	Обучение взаимодействию двух игроков.	3		3	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по технике безопасности.	1		1	
2	Стойки и передвижения игрока. Остановка: прыжком, двумя шагами.	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
3	Повороты с мячом на месте и после ведения.	2		2	
4	Ведение мяча на месте.	1		1	
5	Обучение ведению мяча без зрительного контроля на месте и в движении. Баскетбол.	2		2	
6	Ведение мяча с изменением направления.	3		3	
7	Отбора мяча (вырывание) на месте. Выбивания мяча из рук соперника на месте.	2		2	
8	Обучение выбиванию мяча из рук соперника при ведении. Подвижная игра «Выбей мяч».	2		2	
9	Обучение перехватам мяча. Баскетбол.	2		2	
10	Обучение финтам без мяча («уходом») и с мячом (передачи мяча).	2		2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
11	Передачи мяча в парах и тройках в	2		2	

	движении. Баскетбол.				
12	Обучение броску одной рукой от плеча в корзину на месте. Игры.	3		3	
13	Обучение броску одной рукой от плеча в корзину в движении после ведения. Игры.	3		3	
14	Передачи мяча в четверках в движении. Баскетбол.	2		2	
15	Обучение индивидуальным действиям в нападении и защите без мяча (отрыв от опекающего защитника).	2		2	
16	Обучение индивидуальным действиям в нападении и защите («держание» игрока с мячом и без мяча – личная опека).	3		3	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
17	Обучение взаимодействию двух игроков.	1		1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по технике безопасности. Игра.	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
2	Передачи мяча.	3		3	
3	Перехват мяча.	2		2	
4	Финты.	3		3	
5	Ведение мяча без зрительного контроля в движении. Баскетбол.	1		1	
6	Ведение мяча с изменением направления.	2		2	
7	Опека игрока без мяча и с мячом.	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
8	Групповые тактические действия. Учебная игра.	3		3	
9	Двое нападающих против одного защитника.	1		1	
10	Бросок мяча в кольцо с близкой и средней дистанции.	4		4	
11	Бросок мяча в кольцо с дальней дистанции.	2		2	
12	Обучение индивидуальным действиям в нападении и защите («держание» игрока с мячом и без мяча – личная опека).	3		3	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev

13	Обучение индивидуальным действиям игрока с мячом (эффективное и рациональное применение в игре техники владения мячом – передача, ловля, ведение, перехваты, выбивания, вырывания).	3		3	
14	Игра «Стрит-бол».	1		1	
15	Ловля мяча – ведение мяча с изменением направления – бросок мяча в кольцо с близкого расстояния.	1		1	
16	Передача мяча – рывок – ловля мяча – ведение – остановка двумя шагами – бросок в кольцо.	1		1	
17	Контрольные упражнения: броски с дистанции.	2		2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7-klassy-matveev
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по технике безопасности. Игра.	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev
2	Передачи мяча двумя руками сверху.	1		1	
3	Передачи мяча в сочетании с обманными движениями с поворотами.	2		2	
4	Перехват мяча. Финт, имитирующий бросок, и последующий проход к щиту.	2		2	
5	Бросок мяча одной рукой сверху в прыжке (юноши). Бросок мяча двумя руками от головы (девушки).	3		3	
6	Ведение мяча спиной вперед. Ведение с выполнением скоростного рывка. Разновысокое ведение мяча. Баскетбол.	3		3	
7	Опека игрока без мяча и с мячом. Ведение при пассивном сопротивлении в защитной стойке. Учебная игра.	2		2	
8	Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков по принципу	2		2	

	«передай мяч и выйди на свободное место».				
9	Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трех игроков (тройка) без сопротивления и с сопротивлением.	2		2	
10	Бросок мяча в кольцо с близкой и средней дистанции. Бросок мяча в кольцо с дальней дистанции.	3		3	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev
11	Групповое тактическое взаимодействие «малая восьмерка».	2		2	
12	Индивидуальные действия в нападении и защите («держание» игрока с мячом и без мяча – личная опека).	2		2	
13	Групповое тактическое взаимодействие «малая восьмерка» в условиях игрового противоборства 3х3 с атакой на один щит.	2		2	
14	Игра «Стрит-бол».	2		2	
15	Передача мяча – рывок – ловля мяча – остановка – бросок мяча одной рукой сверху в прыжке.	2		2	
16	Передача мяча – рывок – ловля мяча – ведение – остановка - поворот – передача мяча.	2		2	
17	Контрольные упражнения: бросок мяча в кольцо в движении с обводкой	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev

	фишек и центрального круга баскетбольной площадки.				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по технике безопасности. Учебная игра.	1		1	
2	Передачи мяча двумя руками сверху.	1		1	
3	Передачи мяча в сочетании с обманными движениями с поворотами.	2		2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev
4	Отвлекающие приемы (финты), имитирующий бросок или передачу мяча, и последующий проход к щиту.	2		2	
5	Бросок мяча одной рукой сверху в прыжке (юноши). Бросок мяча двумя руками от головы (девушки).	3		3	
6	Ведение мяча. Ведение с выполнением скоростного рывка. Разновысокое ведение мяча. Баскетбол.	3		3	
7	Опека игрока без мяча и с мячом. Ведение при пассивном сопротивлении в защитной стойке. Учебная игра.	1		1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev
8	Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков по принципу	3		3	

	«передай мяч и выйди на свободное место».				
9	Групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трех игроков (тройка).	2		2	
10	Бросок мяча в кольцо с близкой и средней дистанции. Бросок мяча в кольцо с дальней дистанции.	3		3	
11	Групповое тактическое взаимодействие «малая восьмерка».	2		2	
12	Индивидуальные действия в нападении и защите («держание» игрока с мячом и без мяча – личная опека).	3		3	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev
13	Групповое тактическое взаимодействие «малая восьмерка» в условиях игрового противоборства 3х3 с атакой на один щит.	2		2	
14	Игра «Стрит-бол».	2		2	
15	Передача мяча – рывок – ловля мяча – остановка – бросок мяча одной рукой сверху в прыжке.	1		1	
16	Передача мяча – рывок – ловля мяча – ведение – остановка - поворот – передача мяча.	1		1	
17	Контрольные упражнения: бросок мяча в кольцо в движении с обводкой фишек и центрального круга	2		2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-8-9-klassy-matveev

	баскетбольной площадки.				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

