

Бекітемін Кешірімін  
Утверждаю  
Мектеп басшысы  
Руководитель школы



Нурсейтова Ж.С

Согласовано :  
Мектеп директорының  
Тәрбие жұмысы жөніндегі  
орынбасары:  
Зам.руководителя по ВР  
«31» 08 2023 ж.

**Программа дополнительного  
образования  
«Баскетбол»  
5-9 класс**

**Учитель: Есмаганбетов А.С.**



Бекітемін: Келісемін

Утверждаю:

Мектеп басшысы

Руководитель школы:

*[Signature]* Нурсейтова Ж.С

Согласовано :

Мектеп директорының

Тәрбие жұмысы жөніндегі

орынбасары:

Зам.руководителя по ВР

«31» 08 2023 ж.

Тематическое планирование  
«Баскетбол»

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Стойка баскетболиста. Способы передвижения по площадке.	1	04.09
2	История возникновения баскетбола. Способы держания мяча.	1	06.09
3	Упрощенные правила игры. Ловля мяча двумя руками.	1	11.09
4	Ведение мяча на месте. Ловля мяча на месте.	1	13.09.
5	Ведение мяча на месте и в движении с разной высотой отскока.	1	18.09
6	Ведение вокруг себя. Ведение двумя мячами.	1	20.09
7	Передвижения приставными шагами. Ведение мяча по прямой.	1	25.09
8	Ловля мяча двумя руками с шагом навстречу летящему мячу.	1	27.09
9	Передача мяча двумя руками от груди в игре «Бык в круге»	1	02.10
10	Остановка в два шага (без мяча). Эстафеты с элементами: нападающая стойка, перебежка без мяча по прямой с остановкой в два шага.	1	04.10
11	Ловля мяча двумя руками бегом навстречу летящему мячу. Эстафета «Передача мяча капитану».	1	09.10
12	Защитная стойка. Передвижение в защитной стойке правым левым боком.	1	11.10
13	Ведение мяча шагом с последующей остановкой. Игра «Борьба за мяч в кругу».	1	16.10
14	Параллельная защитная стойка и передвижения в стороны. Игра «Коршун и цыплята».	1	18.10
15	Ловля и передача одной рукой от пола. Двусторонняя игра.	1	23.10
16	Передвижение назад в защитной стойке. Сочетание приемов: ловля – ведение – остановка в два шага – передача двумя руками о груди.	1	27.10
17	Бросок мяча двумя руками от груди. Со средней и дальней дистанции.	1	06.11
18	Перебежки по дуге с остановками. Передача одной рукой от плеча.	1	08.11
19	Сочетание приемов: ловля в движении – остановка в два шага - ведение-остановка в два шага - передача одной рукой от плеча.	1	13.11
20	Ведение мяча с различной высотой отскока. Переводы мяча за спиной под ногами.	1	15.11
21	Двусторонняя игра.Броски со средней Дистанции.	1	20.11
22	Передачи мяча в движении без сопротивления защитников.	1	22.11
23	Ведение мяча «змейкой». Остановка в два шага с мячом.	1	27.11
24	Ловля высоко летящего мяча. Игра «Бесшумный мяч».	1	29.11
25	Передача двумя руками снизу. Повороты и развороты на одной ноге.	1	04.12
26	Ведение мяча с изменением направления. Повороты назад без мяча.	1	06.12
27	Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча. Бег с остановкой по сигналу.	1	11.12
28	Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди с последующей сменой места в правую и левую сторону.	1	13.12
29	Передачи мяча в тройках. Двусторонняя игра.	1	20.12
30	Штрафные броски Передачи двумя мячами.	1	22.10
31	Остановка прыжком после быстрого ведения. Ведение мяча по гимнастической скамейке.	1	25.12
32	Ловля мяча летящего низко. Прыжки на месте толчком одной.	1	27.12
33	Остановка в два шага по сигналу. Бросок одной рукой снизу.	1	08.01
34	Финты при ведении и проходы к корзине.	1	10.01

35	Добивание мяча в щит. Рывок из различных исходных положений.	1	15.01
36	Ведение мяча через набивные мячи. Техника игры в защите.	1	17.01
37	Передача мяча с отскоком от пола. Прыжки на месте двумя ногами.	1	22.01
38	Ловля мяча одной рукой на месте. Перехват мяча.	1	24.01
39	Ведение с изменением темпа и сопротивлением.	1	29.01
40	Ведение мяча «восьмеркой» между ног. Прыжки через скакалку.	1	31.01
41	Передача мяча двумя руками сверху. Штрафной бросок.	1	05.02
42	Ловля мяча, летящего сбоку. Бросок мяча в корзину с близкого расстояния.	1	07.02
43	Прыжки с доставанием подвешенных предметов. Ловля мяча двумя руками и передача в движении одной рукой от плеча.	1	12.02
44	Ведение мяча «вслепую». Способы держания игрока без мяча.	1	14.02
45	Передачи мяча после ведения. Правила выполнения штрафного броска.	1	19.02
46	Вырывание мяча. Выбор места для получения мяча.	1	21.02
47	Уходы от опеки защитника внезапным изменением направления с последующей ловлей мяча.	1	26.02
48	Ведение мяча в соприкосновении с соперником. Выбивание мяча.	1	28.02
49	Передачи мяча после ведения и остановки прыжком. Прыжки через гимнастическую скамейку.	1	04.03
50	Выбивание мяча во время ведения. Способы держания игрока с мячом.	1	06.03
51	Ведение мяча с сопротивлением противника. Вырывание мяча рывком на себя.	1	11.03
52	Вырывание выбивание мяча. Быстрый прорыв.	1	13.03
53	Выбивание мяча при длительной подготовке к передаче. Бросок мяча одной рукой от плеча после ведения.	1	18.03
54	Способы держания игрока перед собой (между своим щитом и соперником). Уход от опеки защитника.	1	20.03
55	Броски со средней и дальней дистанции.	1	01.04
56	Двое против одного трое против двоих.	1	03.04
57	Работа ног и другие навыки игры в нападении.	1	08.04
58	Личная защита и персональная опека игроков.	1	10.04
59	Броски со средней дистанции с сопротивлением защитника.	1	15.04
60	Бросок мяча в корзину в прыжке. Держание игрока во время ведения мяча.	1	17.04
61	Держание игрока при поворотах с мячом. Перебежки без мяча в разных направлениях в сочетании с остановками и поворотами.	1	22.04
62	Борьба за отскочивший мяч. Двусторонняя игра.	1	24.04
63	Противодействие игроку с мячом.	1	29.04
64	Техника специальных финтов. Вышагивание.	1	03.05
65	Выбивание мяча при длительной подготовке к броску. Игра «Пятнашки в парах».	1	06.05
66	Держание игрока при броске в корзину. Перебежки без мяча в сочетании с поворотами в движении.	1	08.05
67	Техника перехвата мяча при передаче. Передвижение парами в нападении и защите.	1	13.05
68	Борьба за отскочивший мяч. Ловля и передача мяча одной рукой при передвижении в парах.	1	15.05
69	Передача двумя руками снизу. Повороты и развороты на одной ноге.	1	20.05
70	Ведение мяча с изменением направления. Повороты назад без мяча.	1	22.05
71	Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча. Бег с остановкой по сигналу.	1	
72	Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди с последующей сменой места в правую и левую сторону.	1	
73	Передачи мяча в тройках. Двусторонняя игра.	1	