

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Краснодарского края

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №36 хутора Армянского муниципального
образования Крымский район**

СОГЛАСОВАНО

**Заместитель директора по
УВР _____**

**Приказ _____ от « » _____
2024 г**

УТВЕРЖДЕНО

Директор _____

**Приказ 213 от «01» Апреля
2024 г.**



Рабочая программа

секции «Баскетбол»

для 5- 7 классов основного общего образования

(68 часов в год, 2 часа в неделю)

х.Армянский 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно – спортивное и оздоровительное направление.

Рабочая программа секции «Баскетбол» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5-6-7 классах.

Программа рассчитана на 68 часов, 2 часа в неделю. 34 учебных недели

Цели программы:

- обеспечить учащихся знаниями о специальных приёмах и действиях баскетболистов;
- содействовать укреплению здоровья детей;
- воспитывать моральные и волевые качества занимающихся;
- обеспечить разностороннее физическое развитие.

Рабочая программа спортивного кружка по баскетболу для 5-6 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011)
- с рекомендациями учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012г); - внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» / Авт.-сост. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: Просвещение, 2013.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные

позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивнооздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы дополнительного образования по спортивнооздоровительному направлению «Баскетбол для всех и для каждого» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

- проговаривать последовательность действий;

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

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;

- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы дополнительного образования:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы секции будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

В ходе реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- основы рационального питания;

- правила оказания первой помощи;

- способы сохранения и укрепление здоровья;

- основы развития познавательной сферы;

- свои права и права других людей;

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своем здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;

- находить выход из стрессовых ситуаций;

→ принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы дополнительного образования по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

В ходе реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся смогут получить знания:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
 - правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
 - названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
 - наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
 - упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
 - контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
 - основное содержание правил соревнований по баскетболу;
 - жесты баскетбольного судьи;
 - игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;
- могут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
 - выполнять технические приёмы и тактические действия;
 - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
 - играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
 - демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
 - проводить судейство по баскетболу.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Примерное распределение учебного материала

№	Разделы, темы	Рабочая программа		
		всего	теория	практика
1.	Развитие баскетбола в России	1	1	-
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	1	-
3.	Общая и специальная физическая подготовка	25	1	24
4.	Основы техники и тактики игры	29	1	28
5.	Контрольные игры и соревнования	6	-	6
6.	Тестирование	6	-	6
Итого:		68	4	64

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№	Название темы	Тип подготовки	Дата (план)	Дата (факт)
1. (1)	Развитие баскетбола в России			
2. (2)	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях			
3.	Общая и специальная физическая подготовка			
3	Единая спортивная классификация.. ОФП			
4	Совершенствование техники передвижения при нападении.			
5	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.			
6	Контрольные испытания. Учебная игра.			
7	Костно- мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами.			
8	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча.			
9	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.			
10	Гигиенические основы режима труда и			

	отдыха юных спортсменов. ОФП			
11	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.			
12	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.			
13	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.			
14	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.			
15	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».			
16	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.			
17	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП			
18	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП			
19	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.			
20	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.			
21	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра			
22	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП			
23	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.			
24	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.			
25	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП			
26	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого			

	сопротивления.			
27	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.			
28	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП			
29	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.			
30	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.			
4	Основы техники и тактики игры			
31	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.			
32	Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча.			
33	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.			
34	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП			
35	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.			
36	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.			
37	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.			
38	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.			
39	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.			
40	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.			
41	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.			
42	Воспитание нравственных и волевых			

	качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.			
43	Контрольные испытания. Учебная игра.			
44	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.			
45	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.			
46	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.			
47	Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП			
48	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.			
49	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.			
50	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.			
51	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.			
52	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.			
53	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».			
54	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.			
55	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП			
56	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).			
57	Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.			
58	Применение изученных способов ловли,			

	передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.			
5	Контрольные игры и соревнования			
59	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра.			
60	Совершенствование техники ведения мяча.			
61	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.			
62	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.			
63	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП			
6	Тестирование			
64	История развития баскетбола. Контрольные испытания.			
65	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.			
66	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.			
67	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.			
68	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.			
	Итого: 68 ч			

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Примерное распределение учебного материала по баскетболу во внеурочной деятельности учащихся

№	Учебный материал	классы	
		5	6-7
Перемещения			
1	Стойка игрока (исходные положения)	Р	З
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Р	З
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	+	+
Передачи мяча			
1	Передачи от плеча	Р	З
2	Передача от груди	Р	З
3	Передача из-за головы	Р	З
4	Передача снизу, сбоку	Р	З
5	Передача снизу, сбоку, из рук в руки	Р	З
Подбор мяча			
1	Подбор в нападении, на чужом щите.	Р	Р
2	Подбор в защите, на своём щите	Р	Р
3	Коллективный подбор	Р	Р
Перехват мяча			
1	Перехват мяча при передаче.		
2	Перехват мяча при ведении.		
Броски мяча в кольцо			
1	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок	Р	З

	в кольцо.		
2	Ведение, два шага, бросок в кольцо	Р	З
3	Броски в кольцо «из под кольца».	Р	З
4	Броски в кольцо по трёхсекундной зоне.	Р	З
5	Штрафной бросок.	Р	З
Тактические игры			
1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	Р	Р
2	Групповые тактические действия в нападении, защите		
3	Командные тактические действия в нападении, защите		
4	Двухсторонняя учебная игра	+	+
Подвижные игры и эстафеты			
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	+	+
2	Игры развивающие физические способности	+	+
Физическая подготовка			
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	+	+
Судейская практика			
1	Судейство учебной игры в баскетбол		+

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-6-7 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Индивидуальные тактические действия в защите	13	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять

2	Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении	13	правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка вверх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину
3	Передачи мяча	12	
4	Ведение мяча	8	
5	Броски мяча в кольцо	12	
6	Двусторонняя учебная игра	10	
7	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого	68 часов	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-6-7 КЛАСС

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
1	2	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.		
2	2	Ведение мяча со сменой ритма движения		
3	2	Ведение мяча с изменением направления движения		
4	2	Ведение мяча со всеми изученными действиями		
5	2	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении		

6	2	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте		
7	2	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным		
8	2	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением		
9	2	Передачи мяча в игре		
10	2	Передачи мяча в игре		
11	2	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения		
12	2	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом		
13	2	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину		
14	2	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину		
15	2	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов		
16	2	Индивидуальные действия в нападении в игре		
17	2	Индивидуальные действия в нападении в игре		
18	2	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения		
19	2	Индивидуальные действия в защите против дриблинга		
20	2	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину		
21	2	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину		
22	2	Индивидуальные действия в защите против заслонов		
23	2	Индивидуальные действия в защите в игре		
24	2	Индивидуальные действия в защите в игре		

25	2	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок		
26	2	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции		
27	2	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой		
28	2	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями		
29	2	Броски мяча в корзину после передач		
30	2	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок		
31	2	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок		
32	2	Учебная игра		
33	2	Учебная игра		
34	2	Учебная игра		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«БАСКЕТБОЛ»

5-6-7 КЛАСС

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
1	2	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.		
2	2	Ведение мяча со сменой ритма движения		
3	2	Ведение мяча с изменением направления движения		
4	2	Ведение мяча со всеми изученными действиями		
5	2	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении		
6	2	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте		
7	2	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным		
8	2	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением		
9	2	Передачи мяча в игре		
10	2	Передачи мяча в игре		
11	2	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения		
12	2	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом		
13	2	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину		
14	2	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину		
15	2	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов		
16	2	Индивидуальные действия в нападении в игре		
17	2	Индивидуальные действия в нападении в игре		
18	2	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения		
19	2	Индивидуальные действия в защите против дриблинга		

20	2	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину		
21	2	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину		
22	2	Индивидуальные действия в защите против заслонов		
23	2	Индивидуальные действия в защите в игре		
24	2	Индивидуальные действия в защите в игре		
25	2	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок		
26	2	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции		
27	2	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой		
28	2	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями		
29	2	Броски мяча в корзину после передач		
30	2	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок		
31	2	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок		
32	2	Учебная игра		
33	2	Учебная игра		
34	2	Учебная игра		