

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с. Вязовка  
имени Героя Советского Союза Е.А. Мясникова»

РАССМОТРЕНО на заседании ШМО, протокол № 1 от «31» августа 2023 г. Руководитель ШМО  Л. П. Белова /	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по учебно-воспитательной работе  /Е.А. Кулак/ «31» августа 2023 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МОУ «Средняя общеобразовательная школа с.Вязовка имени Героя Советского Союза Е.А. Мясникова»  А.А. Петрухин/ «31» августа 2023 г.
---	--	---



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по спортивной секции  
«Баскетбол»

Классы: 5-6, 7-9

Возраст: 11-12 лет, 13-15 лет

Разработал: Недбайлов Александр Николаевич

с. Большая Каменка  
2023

## Пояснительная записка

Рабочая программа спортивной секции «Баскетбол» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе пособия для обучающихся 5 – 9 классов Нестеровский Д.И.: Баскетбол: Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2008, в соответствии с основной образовательной программой среднего общего образования и учебным планом Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Вязовка имени Героя Советского Союза Е.А. Мясникова».

Образовательная программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

**Цель программы:** изучение спортивной игры баскетбол.

**Задачи программы:**

- Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;
- содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
- воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
- способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости, силы, выносливости;
- развивать координационные способности и силу воли.

Программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю – 5-6 классы.  
34 часа, 1 час в неделю – 7-9 классы.

### Планируемые результаты.

**Личностные результаты:**

- рассматривать физическую культуру как явление культуры;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины баскетбола, применять их в процессе игры со своими сверстниками;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

### **Метапредметные результаты:**

- использовать занятия кружка и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств.

### **Предметные результаты:**

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

### **Содержание программы**

Техника безопасности на занятиях кружка «Баскетбол». История появления игры баскетбол. Правила соревнований. ОФП. Развитие двигательных качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость). Подвижные игры. Ведение, передачи и броски мяча. Тактическая подготовка. Зонная защита. Действия 2-х нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра. Учебная игра – соревнование.

### **Формы проведения занятий:**

- владение умениями и навыками игры в баскетбол,
- игры с элементами баскетбола,
- соревнования,
- эстафеты,
- игровые упражнения,
- знание правил игры в баскетбол,
- умение играть в команде.

### **Формы контроля:**

- анкетирование учащихся;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного и районного уровней;
- сдача нормативов по физической, технической подготовке.

## Учебный план

№ п/п	Модуль (раздел, блок) и его наименование	Количество часов по разделу
1	Техника безопасности на занятиях кружка «Баскетбол». История появления игры баскетбол. Правила соревнований.	2
2	ОФП. Развитие двигательных качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость). Подвижные игры. Ведение, передачи и броски мяча.	28
3	Тактическая подготовка. Зонная защита. Действия 2-х нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	32
4	Учебная игра – соревнование.	6
Итого		68

## Календарно-тематическое планирование 5-6 классы

№ п/п	Наименование раздела, тема занятия	Всего часов	Дата проведения		Примечание
			План.	Факт.	
1	Техника безопасности при занятиях кружка «Баскетбол».	1			
2	История развития баскетбола. Ведение, передачи и броски мяча.	1			
3	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
4	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
5	Ведение, передачи и броски мяча..	1			
6	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
7	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
8	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
9	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
10	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
11	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП.	1			
12	Ведение, передачи и броски мяча. Выполнение ускорений.	1			
13	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
14	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
15	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
16	Ведение, передачи и броски мяча. Наклоны вперед сидя на полу.	1			
17	Ведение, передачи и броски мяча. Наклоны вперед сидя на полу.	1			
18	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			

19	Правила соревнований. Ведение, передачи и броски мяча.	1			
20	Правила соревнований. Ведение, передачи и броски мяча.	1			
21	Ведение, передачи и броски мяча. Подвижные игры.	1			
22	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
23	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
24	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
25	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
26	Ведение, передачи и броски мяча. Наклоны вперед сидя на полу.	1			
27	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП.	1			
28	Ведение, передачи и броски мяча. Наклоны вперед сидя на полу.	1			
29	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП. Подвижные игры.	1			
30	Ведение, передачи и броски мяча. Учебная игра.	1			
31	Ведение, передачи и броски мяча. Учебная игра.	1			
32	Ведение, передачи и броски мяча. Учебная игра.	1			
33	Ведение, передачи и броски мяча. Учебная игра.	1			
34	Ведение, передачи и броски мяча. Учебная игра.	1			
	Итого	34			

### Календарно-тематическое планирование 7-9 классы

№ п/п	Наименование раздела, тема занятия	Всего часов	Дата проведения		Примечание
			План.	Факт.	
1	Техника безопасности при занятиях кружка «Баскетбол».	1			
2	Ведение, передачи и броски мяча.	1			
3	Ведение, передачи и броски мяча. ОФП.	1			
4	Ведение, передачи и броски мяча. Наклоны вперед сидя на полу.ОФП.	1			
5	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника.	1			
6	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника. СФП .Учебная игра.	1			
7	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника.	1			
8	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
9	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника.	1			
10	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
11	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника.	1			
12	Зонная защита. 2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
13	2 нападающих против одного защитника.	1			
14	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
15	2 нападающих против одного защитника.	1			
16	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
17	2 нападающих против одного защитника.	1			
18	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
19	2 нападающих против одного защитника.	1			
20	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
21	2 нападающих против одного защитника.	1			
22	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
23	2 нападающих против одного защитника.	1			
24	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра	1			
25	2 нападающих против одного защитника.	1			
26	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
27	2 нападающих против одного защитника.	1			

28	2 нападающих против одного защитника. СФП. Учебная игра.	1			
29	Учебная игра-соревнование.	1			
30	Учебная игра-соревнование.	1			
31	Учебная игра-соревнование.	1			
32	Учебная игра-соревнование.	1			
33	Учебная игра-соревнование.	1			
34	Учебная игра-соревнование.	1			
	Итого	68			



