

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 г. Балабаново»

«РАССМОТРЕНО»

На педагогическом  
совете школы

Протокол № 1  
от «30» августа 2022 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УВР



/Е.Н. Чукина

от «30» августа 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ СОШ №3 г.  
Балабаново



/Н.О.Криволицкая

Приказ № 307  
От «30» августа 2022г.

**Рабочая программа дополнительного образования**

**«Баскетбол»**

**Для 9-11 класса**

Количество часов (годовых /недельных): **34 часа /1 час в неделю**

Срок реализации 3 года

**на 2022 - 2023 учебный год**

Составитель: Учитель физической культуры

**Цань Евгений Алексеевич**

г. Балабаново-2022

## Пояснительная записка

В соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации

от 31.03.2022 № 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и признании утратившим силу распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р, приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в ред. приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38)

В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол с применением принципа вариативности, дающего возможность подбирать и планировать содержание учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), видами учебного учреждения (городские и сельские школы), регионально-климатическими условиями проживания школьников.

Технические приёмы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей и подростков школьного возраста. Уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей и подростков, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения

ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Программа отвечает современным требованиям физического воспитания школьников. В ней заложены и обстоятельно раскрыты цели и задачи, средства и методы, позволяющие решать вопросы физического воспитания учащихся в комплексе.

**Цель программы:** создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

**задачи программы:**

- способствовать нормальному росту организма и укреплению здоровья воспитанника;
- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую способность;
- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;
- помогать в овладении и закреплении разнообразных навыков и умений;
- обеспечивать эффективный отбор и своевременную спортивную подготовку одаренных детей, способных достичь высоких спортивных результатов.

## **Программа построена на принципах:**

- целостности процесса обучения предполагающего интеграция основного и дополнительного образования;
- культуросообразности (приобщение обучающихся к современной мировой физической культуре и их ориентация на общечеловеческие культурные ценности);
- сотрудничества и ответственности;
- сознательного усвоения обучающимися учебного материала;
- последовательности и систематичности (предполагает в работе объединения создание такой системы, в которой органически связаны в единое целое все звенья и элементы системы, которая обеспечивает постепенное наращивание сложности в процессе обучения воспитанников, привития им определённых умений и навыков);
- непрерывности и наглядности;

В процессе обучения используются **следующие методы:**

- объяснительно-иллюстративный (используется при объяснении нового материала);
- репродуктивный (воспроизведение полученной информации);
- исследовательский (заключается в том, что каждый обучаемый, самостоятельно изучает с помощью технических средств учебный материал);
- соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);

- игровой (использование упражнений в игровой форме);

Программа секции по баскетболу составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

### Календарно - тематическое планирование

№	Дата		Тема	Тип подготовки	К – во часов
	План	Факт			
1.			Инструктаж по Т.Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Теор. ОФП	1 1
2.			История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	Теор. Техн.	1 1
3.			Техника передвижения приставными шагами.	Техн.	1
4.			Передача мяча двумя руками от груди.	Техн.	1
5.			Единая спортивная классификация. Тактика нападения.	Теор. Такт.	1 1

6.		Техника передвижения при нападении	Техн.	1
7.		Техника передвижения при нападении	Техн.	1
8.		СФП	СФП	1
9.		Способы ловли мяча.	Техн.	1
10.		Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Теор. Техн.	1 1
11.		ОФП	ОФП	1
12.		Бросок мяча двумя руками от груди.	Техн.	1
13.		Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	Теор. СФП	1 1
14.		Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Такт	1
15.		Техника ведения мяча.	Техн.	1
16.		Ведение мяча с переводом на другую руку.	Техн.	1
17.		Гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена. СФП	Теор. СФП	1 1
18.		Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Такт.	1
19.		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в	Такт.	1

		зависимости от ситуации на площадке.		
20.		Сущность и назначение планирования, его виды. ОФП.	Теор. ОФП	1 1
21.		Ловля двумя руками «низкого мяча».	Техн.	1
22.		Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Техн.	1
23.		Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1 1
24.		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	1
25.		Контрольные испытания.	Контр.	1
26.		Командные действия в нападении.	Такт.	1
27.		Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Техн.	2
28.		Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Теор. ОФП	1 1
29.		Многократное выполнение технических приемов.	Интегр.	1
30.		Учебная игра.	Интегр.	1
31.		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
32.		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	1
33.		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	1



34.			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	СФП	1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575904

Владелец Криволюцкая Наталья Олеговна

Действителен с 04.04.2022 по 04.04.2023