

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол от 28.08.20 г. № 1

Введено приказом от 28.08.20 г. № 220
Директор МБОУ «СОШ № 6»
_____ /О.Н.Абдуллаева/

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по кружковой деятельности
«Баскетбол»**

Количество часов: 2 часа в неделю, 68 часов в год

- **направление развития личности школьника:** спортивно-оздоровительное
- **вид внеурочной деятельности школьника:** социальная, спортивно-оздоровительная
- **возраст обучающихся:** 5 класс (11-12 лет)
- **разработчик программы:** Эльмира Индусовна, учитель физической культуры

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора _____ О.А.Автомеева от 27.08.2020 г.

РАССМОТРЕНО
На заседании МО, протокол от 27.08.2020 г. №1
Руководитель МО _____ И.В. Запивахина от 27.08.2020 г.

г. Набережные Челны
2020 г.

Название раздела	Требования к уровню подготовки обучающихся по конкретной теме
1. Основы знаний	<p>В результате освоения программы занимающиеся узнают о современном баскетболе, мини-баскетболе, олимпийском баскетболе, профессиональном баскетболе. Получат необходимый минимум знания для физического самосовершенствования, знания правил игры, навыки простейшего судейства. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.</p>
2. Специальная техническая подготовка	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основам техники игры в баскетбол; • элементарным знаниям о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей; • контролировать положение головы и туловища, взаимодействие рук и ног, положения ног, распределение веса тела; • выполнять «быстрый старт», шаги, повороты и остановки; быстрые шаги; быстрые повороты и финты; быстрые остановки; силовые прыжки; • выполнять основные технические приемы.
3. Специальная тактическая подготовка	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основам тактики игры в баскетбол; • быстро реагировать на простую реакцию; • находить пути решения из различных игровых ситуаций; • взаимодействовать в коллективе во время командной игры; • основным критериям судейства.

Содержание курса кружковой деятельности

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
1. Основы знаний	История возникновения баскетбола, развитие баскетбола, Правила мини-баскетбола. Баскетбол на пороге 21 века. Содержание и формы игры. Баскетбол «Дворов и улиц». Олимпийский баскетбол. Профессиональный баскетбол.	4
2. Специальная техническая подготовка	<p>Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении шагом. Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места. Ловля и передача мяч двумя руками от груди с шагом и сменой места. Ведение мяча шагом и бегом. Бросок мяча от плеча, после ведения. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски мяча в движении после двух шагов.</p> <p>Основная стойка для быстрого реагирования. Положения ног. Распределение веса. Положение головы и туловища. Взаимодействие рук и ног. Быстрый старт. Шаги, повороты и остановки. Быстрые шаги. Быстрые повороты и финты. Быстрые остановки. Силовые прыжки.</p>	54
3. Специальная тактическая подготовка	Тактика свободного нападения. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Личная защита 1х1. Двухсторонняя игра по упрощённым правилам.	10
Всего:		68

Календарно-тематическое планирование по кружковой деятельности ФК ГОС

№ п/п	Название разделов, тем кружковой деятельности	Тема занятий	Кол-чество часов	Дата проведения		Основные виды учебной деятельности обучающихся
				план	факт	
1-2	Основы знаний	Основы знаний о физкультурной деятельности. История зарождения игры «Баскетбол». Содержание и этапы развития игры. Техника безопасности. Стойка игрока	2	02.09.2020 02.09.2020		Знать правила поведения при проведении занятий.
3-4	Специальная техническая подготовка	Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком. Подвижные игры. Контроль физической подготовленности.	2	09.09.2020 09.09.2020		Уметь демонстрировать технику ведения мяча различными способами.
5-6	Специальная техническая подготовка	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	2	16.09.2020 16.09.2020		Уметь выполнять технические приемы.
7-8	Специальная техническая подготовка	Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места. Подвижные игры.	2	23.09.2020 23.09.2020		Уметь переводить мяч с правой руки на левую и наоборот.
9-10	Специальная техническая подготовка	Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и сменой места	2	30.09.2020 30.09.2020		Уметь демонстрировать технику ведения мяча различными способами.
11-12	Специальная техническая подготовка	Ведение мяча шагом и бегом	2	07.10.2020 07.10.2020		Уметь вести мяч, изменяя направление.
13-14	Специальная техническая подготовка	Бросок мяча от плеча, после ведения. Эстафеты. Контроль физической и технической подготовки	2	14.10.2020 14.10.2020		Уметь демонстрировать игровые упражнения, подвижные игры и эстафета с элементами баскетбола

15-16	Специальная техническая подготовка	Ведение мяча с изменением направления и скорости	2	21.10.2020 21.10.2020		Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
17-18	Специальная техническая подготовка	Передача мяча от плеча одной рукой, двумя руками снизу. Одной рукой снизу	2	28.10.2020 28.10.2020		Уметь передавать мяч одной рукой.
19-20	Специальная техническая подготовка	Броски мяча в движении после двух шагов. Подвижные игры	2	11.11.2020 11.11.2020		Уметь выполнять технические приемы
21-22	Специальная техническая подготовка	Мини-баскетбол по упрощенным правилам	2	18.11.2020 18.11.2020		Уметь ловить на первом, а передавать на втором шаге.
23-24	Специальная техническая подготовка	Передач на месте различными способами. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Мини баскетбол.	2	25.11.2020 25.11.2020		Уметь вести мяч, изменяя высоту отскока.
25-26	Специальная техническая подготовка	Обучение броскам с точек двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления движения. Игра «Мяч капитану».	2	02.12.2020 02.12.2020		Уметь вести мяч , изменяя направление движения.
27-28	Специальная техническая подготовка	Повторение бросков с точек. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Мини баскетбол. Подвижные игры и эстафеты.	2	09.12.2020 09.12.2020		Знать точки и последовательность перехода.
29-30	Специальная техническая подготовка	Обучение ведению с поворотом. Передачи мяча на месте в парах. Броски с точек Эстафеты.	2	16.12.2020 16.12.2020		Уметь поворачиваться во время ведения.
31-32	Специальная техническая подготовка	Повторение ведения с поворотами. Передачи мяча в тройках со сменой мест. Игра «Борьба за мяч».	2	23.12.2020 23.12.2020		Уметь двигаться после передачи.
33-34	Основы знаний	Правила поведения и техника безопасности на уроках. Баскетбол в России. Правила соревнований.	2	13.01.2021 13.01.2021		ТБ на занятиях. Знать историю развития в России.

35-36	Специальная техническая подготовка	Ведение мяча с поворотом и сменой направления. Броски мяча в движении. Обучение штрафному броску Игра в мини баскетбол.	2	20.01.2021 20.01.2021		Уметь при смене направления разворачиваться.
37-38	Специальная техническая подготовка	Совершенствование ведения с поворотом и сменой направления. Повторение бросков после ведения и остановки. Повторение штрафного броска. Игра «Самый меткий».	2	27.01.2021 27.01.2021		Уметь бросать не заступая за линию.
39-40	Специальная техническая подготовка	Передачи мяча различными способами. Повторение броска в движении двумя руками от груди. Мини баскетбол.	2	03.02.2021 03.02.2021		Уметь бросать на снижая скорости.
41-42	Специальная техническая подготовка	Ведение мяча с изменением направления Совершенствование передач во встречном движении. Броски после ведения и после остановки. Подвижные игры и эстафеты.	2	10.02.2021 10.02.2021		Уметь передавать не меняя ритма движения.
43-44	Специальная техническая подготовка	Совершенствование бросков с точек. Совершенствование передач во встречном движении. Игра «точно в цель».	2	17.02.2021 17.02.2021		Уметь передавать на скорости.
45-46	Специальная техническая подготовка	Повторение ведения мяча с поворотами. Передачи мяча во встречном движении. Броски с точек. Мини баскетбол.	2	24.02.2021 24.02.2021		Уметь поворачиваться в движении на скорости.
47-48	Специальная техническая подготовка	Повторение ведения с поворотами. Передачи мяча в тройках со сменой мест. Мини баскетбол. Подвижные игры и эстафеты.	2	03.03.2021 03.03.2021		Выполняют контрольные броски. Проверяют меткость броска.
49-50	Специальная техническая подготовка	Повторение ведения мяча с изменением высоты отскока, направления и скорости движения. Баскетбольные эстафеты.	2	10.03.2021 10.03.2021		Уметь надёжно вести мяч в любом направлении.
51-52	Специальная техническая подготовка	Обучение передачам мяча в движении в парах. Броски в парах с точек. Игра в мини баскетбол.	2	17.03.2021 17.03.2021		Уметь передавать партнёру в движении.

53-54	Специальная техническая подготовка	Обучение передач мяча в движении в тройках. Соревнования в бросках на точность. Стритбол.	2	31.03.2021 31.03.2021		Уметь передавать мяч через центр.
55-56	Специальная техническая подготовка	Повторение и совершенствование передач в парах в движении и в тройках в движении. Броски в парах. Эстафеты с мячом.	2	07.04.2021 07.04.2021		Уметь передавать на скорости.
57-58	Специальная техническая подготовка	Передачи в парах и в тройках в движении. Ведение с поворотами и остановками. Совершенствование штрафного броска. Учебная игра.	2	14.04.2021 14.04.2021		Уметь останавливаться и поворачиваться по сигналу.
59-60	Специальная тактическая подготовка	Обучение взаимодействию «Передал мяч-выход на свободное место». Броски после ведения из-под кольца. Стритбол.	2	21.04.2021 21.04.2021		Уметь пробегать защитника после передачи.
61-62	Специальная тактическая подготовка	Взаимодействие игроков в защите. Броски после ведения из-под кольца. Стритбол.	2	28.04.2021 28.04.2021		Уметь применять изученные элементы в игре.
63-64	Специальная тактическая подготовка	Совершенствование взаимодействия. Броски после ведения и остановки из-под кольца. Игра 5x5. Спортивные игры и эстафеты.	2	05.05.2021 05.05.2021		Уметь применять изученные элементы в игре.
65-66	Специальная тактическая подготовка	Учебно-тренировочная игра.	2	12.05.2021 12.05.2021		Уметь применять изученные элементы в игре.
67-68	Специальная тактическая подготовка. Итоговое занятие.	Учебно-тренировочная игра. Практика судейства.	2	19.05.2021 26.05.2021		Уметь применять изученные элементы в игре.

План проведения экскурсий, воспитательных мероприятий в период каникул

№п/ п	Каникулы	Дата проведения		Название мероприятия	Форма проведения
		план	факт		
1.	Осенние	31.10		Учебно-тренировочное занятие	Урок
2.	Зимние	02.01		Учебно-тренировочное занятие	Урок
3.	Весенние	26.03		Учебно-тренировочное занятие	Урок