

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:** 6 класс (12-13 лет)
- **разработчик программы:** Хайруллина 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.

## Требования к уровню подготовки обучающихся

Название раздела	<i>Требования к уровню подготовки обучающихся по конкретной теме</i>
1. Основы знаний	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.
2. Специальная техническая подготовка	<p>Учащиеся научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основам техники игры в баскетбол;</li> <li>• элементарным знаниям о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;</li> <li>• контролировать положение головы и туловища, взаимодействие рук и ног, положения ног, распределение веса тела;</li> <li>• выполнять «быстрый старт», шаги, повороты и остановки; быстрые шаги; быстрые повороты и финты; быстрые остановки; силовые прыжки;</li> <li>• выполнять основные технические приемы.</li> </ul>
3. Специальная тактическая подготовка	<p>Учащиеся научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основам тактики игры в баскетбол;</li> <li>• быстро реагировать на простую реакцию;</li> <li>• находить пути решения из различных игровых ситуаций;</li> <li>• взаимодействовать в коллективе во время командной игры;</li> <li>• основным критериям судейства.</li> </ul>

## 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

№	Тема занятий Дата проведения	Количество часов	Дата проведения		Основные виды учебной деятельности обучающихся
			план	факт	
1-2	<i>Введение.</i> Основы знаний о физкультурной деятельности. История зарождения игры «Баскетбол». Содержание и этапы развития игры. Техника безопасности. Стойка игрока	2			Знать историю баскетбола
3-4	<i>Техника игры.</i> Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком. Подвижные игры. Контроль физической подготовленности.	2			Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.
5-6	<i>Техника перемещений.</i> Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	2			Уметь выполнять технические приемы
7-8	<i>Техника владения мячом.</i> Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места. Подвижные игры.	2			Уметь выполнять технические приемы
9-10	Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и сменой места.	2			Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.

11-12	Ведение мяча шагом и бегом	2				Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком, двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Использовать игру баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга.
13-14	Бросок мяча от плеча, после ведения. Эстафеты. Контроль физической и технической подготовки.	2				Демонстрировать игровые упражнения, подвижные игры и эстафета с элементами баскетбола.
15-16	Ведение мяча с изменением направления и скорости	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
17-18	Передача мяча от плеча одной рукой, двумя руками снизу. Одной рукой снизу	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
19-20	Броски мяча в движении после двух шагов. Подвижные игры	2				Уметь выполнять технические приемы
21-22	Мини-баскетбол по упрощенным правилам	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.

23-24	Штрафной бросок в корзину	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
25-26	<i>Техника владения мячом и противодействия.</i> Вырывание и выбивание мяча	2				Уметь выполнять технические приемы
27-28	Перехват мяча. Подвижные игры	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
29-30	Накрывание. Отбивание	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
31-32	Передача мяча в парах на месте, при встречном движении и с отскоком от пола	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
33-34	<i>Тактика</i> игры. Персональная защита	2				Уметь выполнять технические приемы
35-36	Двусторонняя игра. Правила игры	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности

37-38	Передача мяча в движении	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.
39-40	Ведение мяча попеременно правой и левой рукой	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
41-42	Персональная защита, опека	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
43-44	Двусторонняя игра	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.
45-46	Броски мяча одной, двумя руками. Броски мяча снизу	2				Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.
47-48	<i>Тактика нападения. Тактика защиты.</i> Передвижения в нападении и защите	2				Уметь выполнять технические приемы
49-50	Ловля высоколетающих мячей в прыжке двумя руками и после отскока от щита	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.

51-52	Индивидуальные действия. Выбор позиции. опека игрока без мяча	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
53-54	Групповые действия в защите. Взаимодействия двух игроков. Взаимодействия трех игроков	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
55-56	Ведение мяча при сближении с соперником. Эстафеты	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.
57-58	Броски по кольцу сверху, снизу; одной рукой, двумя руками	2				Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
59-60	<i>Командные действия.</i> Личная защита	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.
61-62	Подвижная защита. Личный прессинг	2				Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
63-64	Тактика защиты. Защитные действия команды	2				Уметь выполнять технические приемы

65-66	Двусторонняя игра. Правила соревнований	2			Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности
67-68	Двусторонняя игра. Судейство игры. Контроль физической и тактической подготовленности	2			Выполнять контрольные нормативы

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	
2.	Зимние	02.01		Учебно-тренировочное занятие	
3.	Весенние	26.03		Учебно-тренировочное занятие	

### **Материально-техническое обеспечение занятий**

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

1. Щиты тренировочные с кольцами - 6 шт.
2. Мячи баскетбольные - 10 шт.

### **Список литературы**

1. Внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий ; М.: Просвещение, 2013 г.
2. Программа физическое воспитание учащихся 5-9 классов. В.И. Лях; М.: Просвещение, 2014 г.