

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:** 8 класс (14-15 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. Запихаина от 27.08.2020 г.

г. Набережные Челны  
2020 г.

## Требования к уровню подготовки обучающихся

Название раздела	Требования к уровню подготовки обучающихся по конкретной теме
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	Учащиеся научатся: <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	Учащиеся научатся: <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>Передвижение в стойке. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении шагом. Ведение мяча правой и левой рукой в движении по прямой. Бросок двумя руками от груди с места с отражением от щита.</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

### Календарно-тематическое планирование по кружковой деятельности ФК ГОС

№п/п	Название разделов, тем кружковой деятельности	Тема занятий	Количество часов	Дата проведения		Основные виды учебной деятельности обучающихся
				план	факт	
1-2	Основы знаний	Техника безопасности на занятиях баскетболом. Исторические этапы развития игры. Стритбол.	2			Знать правила поведения при проведении занятий.
3-4	Специальная техническая подготовка	Повторение поворотов и остановок без мяча. Ведение мяча с остановкой и броском по кольцу. Броски мяча после ведения с двух шагов. Стритбол.	2			Уметь останавливаться и бросать без нарушения правил.
5-6	Специальная техническая подготовка	Повторение прыжков толчком одной и двух ног. Передачи после ведения. Броски из-под кольца с места двумя руками от груди. Стритбол.	2			Уметь прыгать с двух ног в указанном месте.
7-8	Специальная техническая подготовка	Обучение передаче с отскоком от пола. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Эстафеты.	2			Уметь передавать мяч с отскоком от пола.
9-10	Специальная техническая подготовка	Закрепление навыков в передачах мяча с отскоком от пола. Ведение мяча с переводом перед собой. Игра «Борьба за мяч».	2			Уметь переводить мяч с правой руки на левую и наоборот.
11-12	Специальная техническая подготовка	Совершенствование передач с отскоком от пола. Обучение ведению	2			Уметь бросать после ловли мяча.

		мяча с изменением направления движения. Броски с 5-ти точек. Игра «5 передач».				
13-14	Специальная техническая подготовка	Обучение передач мяча одной рукой от плеча. Повторение ведения мяча с изменением направления. Повторение броска после ведения и остановки двумя руками от груди. Игра «Самый меткий».	2			Уметь вести мяч, изменяя направление.
15-16	Специальная техническая подготовка	Повторение передач одной рукой от плеча Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты. Подвижные и спортивные игры.	2			Уметь передавать мяч одной рукой.
17-18	Специальная техническая подготовка	Обучение ведению мяча после поворотов на месте. Передачи мяча после поворотов. Мини баскетбол.	2			Уметь начинать ведение не нарушая правил.
19-20	Специальная техническая подготовка	Обучение передаче и ловле мяча во встречном движении. Ведение мяча после поворотов на месте. Повторение бросков двумя руками от груди с отражением от щита. Игра в мини-баскетбол.	2			Уметь ловить на первом, а передавать на втором шаге.
21-22	Специальная техническая подготовка	Ведение мяча с переводами перед собой. Броски мяча после ведения и остановки. Игра «5 передач».	2			Уметь переводить мяч с одной руки на другую.

23-24	Специальная техническая подготовка	Повторение передач на месте различными способами. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Мини баскетбол.	2			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			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			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			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			Уметь двигаться после передачи.
33-34	Основы знаний	Правила поведения и техника безопасности на уроках. Баскетбол в России. Правила соревнований.	2			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			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			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			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			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			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			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			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			Уметь надёжно вести мяч в любом направлении.
51-52	Специальная техническая подготовка	Обучение передач мяча в движении в парах. Броски в парах с точек. Игра в мини баскетбол.	2			Уметь передавать партнёру в движении.
53-54	Специальная техническая подготовка	Обучение передач мяча в движении в тройках. Соревнования в бросках на точность. Стритбол.	2			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			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			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			Уметь пробегать защитника после передачи.
61-62	Специальная тактическая подготовка	Взаимодействие игроков в защите. Броски после ведения из-под кольца. Стритбол.	2			Уметь применять изученные элементы в игре.
63-64	Специальная тактическая подготовка	Совершенствование взаимодействия. Броски после ведения и остановки из-под кольца. Игра 5х5. Спортивные	2			Уметь применять изученные элементы в игре.



		игры и эстафеты.				
65-66	Специальная тактическая подготовка	Учебно-тренировочная игра.	2			Уметь применять изученные элементы в игре.
67-68	Специальная тактическая подготовка. Итоговое занятие.	Учебно-тренировочная игра. Практика судейства.	2			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