

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр Батыр»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании
педагогического совета
протокол №1
от « 01» сентября 2025 г.



Рабочая программа объединения
«Баскетбол»
Возраст обучающихся: 6-10 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Шакирова Н.Г..

с. Березняк
Кукморский муниципальный район Республики Татарстан, 2025

Пояснительная записка

Данная рабочая программа рассчитана для группы ОФП 2 года обучения по баскетболу. Запланировано в неделю 2 занятия по 2 часа, в год 144 занятий.

Цель образовательной деятельности: формирование социальной адаптации в процессе знакомства и обучения дошкольников.

В процессе реализации данной рабочей программы предполагается решение следующих задач программы:

- Укрепление здоровья;
- воспитание личностных качеств;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- обучение способам овладения различными элементами спортивно - оздоровительной деятельности;
- помощь в осуществлении мотивированной деятельности, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них заданий тренера и проектов спортивно - оздоровительной направленности;
- знакомство с основами спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных многолетних учебно-тренировочных занятий;
- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ здорового образа жизни;
- совершенствование функциональных возможностей организма;
- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия.

Учебный план второго года обучения (ОФП)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий	2	2	-	опрос
2	Теоретическая подготовка	5	5	-	тестирование
3	Физическая подготовка	34	2	34	практическая работа
4	Техническая подготовка	70	-	70	зачет
5	Тактическая подготовка	23	-	23	тестирование
6	Контрольные нормативы	4	-	4	зачет
7	Соревнования	6	-	6	зачет
	Итого	144	9	144	

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемому виду спорта;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ- это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарный учебный график для группы ОФП 2 года обучения

№	Тема занятий	Ко	Дата	Дата	форма
---	--------------	----	------	------	-------

занятия		л- во час ов	проведе ния по плану	проведен ия фактичес ки	контроля
1-2	Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие баскетбола в России.	2	01.09		опрос
3-4	Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий. Санитарно - гигиенические требования.	2	05.09		опрос
5-6	Строевые упражнения Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя. ОФП.	2	08.09		ПР
7-8	Выполнение входных контрольных нормативов.	2	12.09		зачет
9-10	Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. ОФП.	2	15.09		ПР
11-12	Техника игры. Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком.	2	19.09		ПР
13-14	Эстафета.	2	22.09		ПР
15-16	Техника перемещений. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	2	26.09		ПР
17-18	Гигиена занятий физкультурой и спортом Сезоны года, выбор одежды.	2	29.09		ПР
19-20	Техника владения мячом. Ведение мяча правой и левой рукой, бросок мяча одной рукой с места.	2	03.10		ПР
21-22	Физические качества, их развитие. Принцип постепенности и непрерывности.	2	06.10		ПР
23-24	Ловля и передача мяч двумя руками от груди с шагом и сменой места.	2	10.10		ПР
25-26	Подвижные игры.	2	13.10		ПР
27-28	Значение режимов: дня, питания, занятий, работы, сна.	2	17.10		ПР
29-30	Ведение мяча шагом и бегом.	2	20.10		ПР
31-32	Бросок мяча от плеча, после ведения.	2	24.10		ПР
33-34	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	2	27.10		ПР
35-36	Передача мяча от плеча одной рукой, двумя руками снизу. Одной рукой снизу.	2	31.11		ПР
37-38	Броски мяча в движении после двух шагов.	2	3.11		ПР
39-40	Удары мячом об пол одной рукой и ловля	2	7.11		ПР

	его двумя руками из положения стоя.				
41-42	Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе.	2	10.11		ПР
43-44	Техника владения мячом и противодействия. Вырывание и выбивание мяча	2	14.11		ПР
45-46	Перехват мяча	2	17.11		ПР
47-48	Накрывание. Отбивание	2	21.11		ПР
49-50	Передача мяча в парах на месте, при встречном движении и с отскоком от пола.	2	24.11		ПР
51-52	Тактика игры. Персональная защита	2	28.11		опрос
53-54	Двусторонняя игра. Правила игры	2	1.12		опрос
55-56	Передача мяча в движении	2	5.12		ПР
57-58	Ведение мяча попеременно правой и левой рукой	2	8.12		ПР
59-60	Персональная защита, опека	2	12.12		ПР
61-62	Двусторонняя игра	2	15.12		ПР
63-64	Броски мяча одной, двумя руками от головы в прыжке. Броски мяча снизу	2	19.12		ПР
65-66	Ловля высоколетящих мячей в прыжке двумя руками и после отскока от щита	2	22.12		ПР
67-68	Индивидуальные действия. Выбор позиции. Опека игрока без мяча	2	26.12		ПР
69-70	Групповые действия в защите. Взаимодействия двух игроков. Взаимодействия трех игроков	2	29.12		ПР
71-72	Ведение мяча при сближении с соперником	2	2.01		ПР
73-74	Броски по кольцу сверху, снизу; одной рукой, двумя руками	2	5.01		ПР
75-76	Командные действия. Зонная защита. Концентрированная защита	2	9.01		ПР
77-78	Подвижная защита. Зонный прессинг. Личный прессинг	2	12.01		ПР
79-80	Тактика защиты. Защитные действия команды	2	16.01		ПР
81-82	Двусторонняя игра. Правила соревнований	2	19.01		ПР
83-84	Двусторонняя игра. Судейство игры	2	23.01		ПР
85-86	Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.	2	26.01		ПР
87-88	Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками.	2	30.01		ПР
89-90	Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом.	2	2.02		ПР
91-92	Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками. Игры:	2	6.02		ПР

	«Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».				
93-94	Удар мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.	2	9.02		ПР
95-96	Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.	2	13.02		ПР
97-98	Ведение мяча на место правой (левой) рукой.	2	16.02		ПР
99-100	Ведение мяча на место правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).	2	20.02		ПР
101-102	Ведение мяча на месте поочередно правой левой рукой.	2	27.02		ПР
103-104	Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.	2	2.03		опрос
105-106	Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).	2	6.03		ПР
107-108	Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).	2	13.03		ПР
109-110	Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2—2,5 м), снизу, сверху и из-за головы.	2	16.03		ПР
111-112	Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120х90 см), установленный на разной высоте.	2	20.03		ПР
113-114	Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.	2	23.03		ПР
115-116	Гигиенические требования к занимающимся спортом.	2	27.03		ПР
117-118	Ведение мяча на месте.	2	30.03		ПР
119-120	Ведение мяча по прямой линии.	2	3.04		ПР
121-122	Ведение мяча по дугам.	2	6.04		ПР
123-124	Ведение мяча по кругам.	2	10.04		ПР
125-126	Ведение мяча зигзагом.	2	13.04		ПР
127-128	Игра «Кто скорее с мячом»	2	17.04		ПР
129-130	Упражнения для развития ловкости. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. ОФП.	2	20.04		ПР
131-132	Основы техники игры и техническая подготовка.	2	24.04		ПР
133-134	Передай мяч и выходи.	2	27.04		ПР
135-136	Упражнения для всех групп мышц.	2	4.05		ПР
137-138	Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах.	2	11.05		ПР

	ОФП.				
139-140	Подвижные игры.	2	15.05		ПР
141-142	Броски в корзину двумя руками сверху.	2	18.05 22.05		ПР
143-144	Броски в корзину двумя руками от груди.	2	25.05 29.05		ПР