

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

«Согласовано»
Зам. директора по ВР

Гладченко Л.Ю. _____

«Утверждаю»
Директор МБОУ ТСОШ №3
Приказ от 01.09. 2023г. № 180
_____ С.А.Бударин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Кружка «Баскетбол»

Основного общего образования в 7-8 классе

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов в неделю – 1ч, за год 34 часа

Учитель: Аксёнов Сергей Андреевич

ст. Тацинская

2023-2024 уч.г.

Пояснительная записка

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы кружка «Баскетбол» в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15-20 человек.

Адресат дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Баскетбол»

Количество учащихся в объединении не менее 15 человек

Возрастные категории 13-14 лет

Минимальный возраст детей для зачисления на обучения 12 лет

Продолжительность учебных занятий 40 минут

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Баскетбол»: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

Образовательные:

-Продолжить знакомство с баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;

- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

- Расширять спортивный кругозор детей.

- Воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол»:

- Условия набора и формирования групп: в объединение принимаются все желающие без специального отбора.
- Возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения: не предусмотрена
- Кадровое обеспечение программы: педагог дополнительного образования
- Особенности организации образовательного процесса:

Занятие продолжительностью 40 минут раз в неделю.

Формы организации образовательной деятельности. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом.

Организация аудиторных, внеаудиторных (самостоятельных) занятий, определение формы аудиторных занятий: тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Баскетбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Ожидаемые результаты:

Учащиеся должны знать:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Учащиеся должны уметь:

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;

- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;
- вырывать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

В соответствии с Учебным планом Муниципального бюджетного образовательного учреждения Тацинская средняя общеобразовательная школа № 3 предусмотрено изучение спортивной игры «Баскетбол» на этапе основного общего образования в 7- 8 классе 34 часа. Согласно календарному учебному графику и расписанию уроков на 2023 – 2024 учебный год в МБОУ Тацинская СОШ № 3 курс программы реализуется за 33 часа. В текущем учебном году Правительство РФ определило 5 праздничных дней (23 февраля, 6 ноября, 8 марта, 1, 9 мая). Темы уроков, выпавшие в праздничные дни, будут выданы в полном объеме за счёт объединения тем учебной программы.

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Планируемая дата	Раздел и тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения занятия	Примечание
1	06.09	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании.	1		В ходе прохождения программы возможны замены тем занятий и их временные параметры.
2	13.09	Техника передвижения при нападении.	1		
3	20.09	Тактика нападения.	1		
4	27.09	Индивидуальные действия без мяча.	1		
5	04.10	Контрольные испытания.	1		
6	11.10	Учебная игра. ОФП	1		
7	18.10	Техника передвижения приставными шагами.	1		
8	25.10	Индивидуальные действия при нападении с мячом.	1		
9	08.11	Индивидуальные действия при нападении.	1		

10	15.11	Учебная игра.	1		
11	22.11	Учебная игра			
12	29.11	Единая спортивная классификация. ОФП	1		
13	06.12	Прыжки толчком с двух ног.	1		
14	13.12	Специальная физическая подготовка.	1		
15	20.12	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	1		
16	27.12	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	1		
17	10.01	Учебная игра.	1		
18	17.01	Личная и общественная гигиена. ОФП	1		
19	24.01	Передача мяча двумя руками от груди. СФП	1		
20	31.01	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1		

21	07.02	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	1		
22	14.02	Учебная игра.	1		
23	21.02	Закаливание организма спортсмена. ОФП	1		
24	28.02	Бросок мяча двумя руками от груди. СФП	1		
25	06.03	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	1		
26	13.03	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	1		
27	20.03	Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	1		
28	03.04	Контрольные испытания.	1		
29	10.04 17.04	– Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.	1		

30	24.04	Ловля двумя руками «низкого» мяча.	1		
31	08.05	Командные действия в нападении.	1		
32	15.05	Многократное выполнение технических приемов.	1		
33	22.05	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1		

