

Утверждено:

« » _____ 2023г

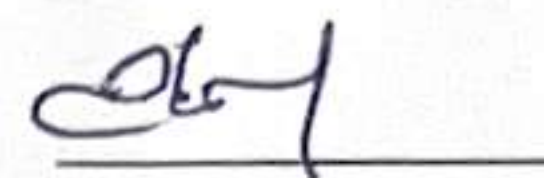
Директор КГУ
«Хлебодаровская общеобразовательная
средняя школа»

Жарекин А.М.

Согласовано:

зам.директора по ВР

«28» 08 2023г



Ибраимов А.Б.

Секция по баскетболу

Учитель физической культуры : Островская И.П.

КГУ «Хлебодаровская общеобразовательная средняя школа»
2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность — мгновенная оценка ситуации.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол с применением принципа вариативности, дающего возможность подбирать и планировать содержание учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), видами учебного учреждения (городские и сельские школы), регионально-климатическими условиями проживания школьников.

Технические приёмы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей и подростков школьного возраста. Уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей и подростков, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Программа отвечает современным требованиям физического воспитания школьников. В ней заложены и обстоятельно раскрыты цели и задачи, средства и методы, позволяющие решать вопросы физического воспитания учащихся в комплексе.

Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

задачи программы:

- способствовать нормальному росту организма и укреплению здоровья воспитанника;
- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;

- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;
- помогать в овладении и закреплении разнообразных навыков и умений;
- обеспечивать эффективный отбор и своевременную спортивную подготовку одаренных детей, способных достичь высоких спортивных результатов.

Программа построена на принципах:

- целостности процесса обучения предполагающего интеграция основного и дополнительного образования;
- культуросообразности (приобщение обучающихся к современной мировой физической культуре и их ориентация на общечеловеческие культурные ценности);
- сотрудничества и ответственности;
- сознательного усвоения обучающимися учебного материала;
- последовательности и систематичности (предполагает в работе объединения создание такой системы, в которой органически связаны в единое целое все звенья и элементы системы, которая обеспечивает постепенное наращивание сложности в процессе обучения воспитанников, привития им определённых умений и навыков);
- непрерывности и наглядности;

В процессе обучения используются **следующие методы:**

- объяснительно-иллюстративный (используется при объяснении нового материала);
- репродуктивный (воспроизведение полученной информации);

- исследовательский (заключается в том, что каждый обучаемый, самостоятельно изучает с помощью технических средств учебный материал);
- соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);
- игровой (использование упражнений в игровой форме);

Программа секции по баскетболу составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе. Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

Календарно - тематическое планирование

№	Тема	Тип подго- товки	К – во часов	Даты
1-3	Инструктаж по Т.Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Теор. ОФП	3	5.09 7.09
4-6	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	Теор. Техн.	3	12.09 14.09
7-9	Техника передвижения приставными шагами.	Техн.	3	19.09 21.09
10-12	Техника передвижения при нападении	Техн.	3	26.09 28.09
13-15	Техника ведения мяча.	Теор. Такт.	3	3.10 5.10
16-18	Передача мяча двумя руками от груди.	Техн.	3	10.10 12.10
19-21	Тактика нападения.	Техн.	3	17.10 19.10
22-24	СФП	СФП	3	24.10 26.10
25-27	Способы ловли мяча.	Техн.	3	7.11 9.11
28-30	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Теор. Техн.	3	14.11 16.11
31-33	ОФП	ОФП	3	21.11 23.11
34-36	Бросок мяча двумя руками от груди.	Техн.	3	28.11 30.11
37-39	Бросок мяча двумя руками от груди.	Теор. СФП	3	5.12 7.12
40-42	Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Такт	3	12.12 14.12
43-45	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	Техн.	3	19.12 21.12
46-48	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Техн.	3	26.12 28.12
49-51	Гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена. СФП	Теор. СФП	3	9.01 11.01
52-54	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Такт.	3	15.01 18.01

55-57	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	3	23.01 25.01
58-60	Сущность и назначение планирования, его виды. ОФП.	Теор. ОФП	3	30.01 1.02
61-63	Ловля двумя руками «низкого мяча».	Техн.	3	6.02 8.02
64-66	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Техн.	3	13.02 15.02
67-69	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	Теор. Интегр.	3	20.02 22.02
70-72	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	3	27.02 29.02
73-75	Контрольные испытания.	Контр.	3	5.03 7.03
76-78	Командные действия в нападении.	Такт.	3	12.03 14.03
79-81	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Техн.	3	19.03 2.04
82-84	Многократное выполнение технических приемов.	Интегр.	3	4.04 9.04
85-87	Учебная игра.	Интегр.	3	11.04 16.04
88-90	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	3	18.04 23.04
91-93	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	3	25.04 30.04
94-96	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	СФП	3	2.05 7.05
97-99	ОФП	ОФП	3	9.05 14.05
100-102	Учебная игра	Интегр.	3	16.05 21.05

Расписание

Вторник	15:00-16:30
Четверг	15:00-15:45