

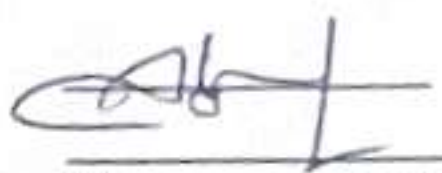
Утверждено:  
«29» 08 2024г

Согласовано:  
зам. директора по ВР  
«29» 08 2024г

Директор КГУ  
«Хлебодаровская общеобразовательная  
средняя школа»



Жарекин А.М.

  
Ибраимов А.Б.

## Секция по баскетболу

Учитель физической культуры : Островская И.П.

КГУ «Хлебодаровская общеобразовательная средняя школа»  
2024-2025 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 возрастно-половыми 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<br>подго-<br>товки | К – во<br>часов | Даты           |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------|----------------|
| 1-3   | Инструктаж по Т.Б. Физическая культура –<br>важнейшее средство воспитания и<br>укрепления здоровья учащихся. ОФП | Теор.<br>ОФП           | 3               | 3,09<br>5,09   |
| 4-6   | История развития баскетбола.<br>Прыжки с толчком с двух ног.                                                     | Теор.<br>Техн.         | 3               | 10,09<br>12,09 |
| 7-9   | Техника передвижения приставными<br>шагами.                                                                      | Техн.                  | 3               | 17,09<br>19,09 |
| 10-12 | Техника передвижения при нападении                                                                               | Техн.                  | 3               | 24,09<br>26,09 |
| 13-15 | Техника ведения мяча.                                                                                            | Теор.<br>Такт.         | 3               | 1,10<br>3,10   |
| 16-18 | Передача мяча двумя руками от груди.                                                                             | Техн.                  | 3               | 8,10<br>10,10  |
| 19-21 | Тактика нападения.                                                                                               | Техн.                  | 3               | 15,10<br>17,10 |
| 22-24 | СФП                                                                                                              | СФП                    | 3               | 22,10<br>24,10 |
| 25-27 | Способы ловли мяча.                                                                                              | Техн.                  | 3               | 5,11<br>7,11   |
| 28-30 | Личная и общественная гигиена.<br>Выбор способа ловли мяча в зависимости от<br>направления и силы полета мяча.   | Теор.<br>Техн.         | 3               | 12,11<br>14,11 |
| 31-33 | ОФП                                                                                                              | ОФП                    | 3               | 19,11<br>21,11 |
| 34-36 | Бросок мяча двумя руками от груди.                                                                               | Техн.                  | 3               | 26,11<br>28,11 |
| 37-39 | Бросок мяча двумя руками от груди.                                                                               | Теор.<br>СФП           | 3               | 3,12<br>5,12   |
| 40-42 | Взаимодействие трех игроков<br>«треугольник».                                                                    | Такт                   | 3               | 10,12<br>12,12 |
| 43-45 | Физическая подготовка юного спортсмена.<br>СФП                                                                   | Техн.                  | 3               | 17,12<br>19,12 |
| 46-48 | Ведение мяча с переводом на другую руку.                                                                         | Техн.                  | 3               | 24,12<br>26,12 |
| 49-51 | Гигиенические основы режима труда и<br>отдыха юного спортсмена.<br>СФП                                           | Теор.<br>СФП           | 3               | 7,01<br>9,01   |
| 52-54 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч<br>и выходи».                                                           | Такт.                  | 3               | 14,01<br>16,01 |

|         |                                                                                                            |                  |   |                |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---|----------------|
|         |                                                                                                            |                  |   |                |
| 55-57   | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Такт.            | 3 | 21,01<br>23,01 |
| 58-60   | Сущность и назначение планирования, его виды.<br>ОФП.                                                      | Теор.<br>ОФП     | 3 | 28,01<br>30,01 |
| 61-63   | Ловля двумя руками «низкого мяча».                                                                         | Техн.            | 3 | 4,02<br>6,02   |
| 64-66   | Ведение мяча с высоким и низким отскоком.                                                                  | Техн.            | 3 | 11,02<br>13,02 |
| 67-69   | Закаливание организма спортсмена.<br>Учебная игра.                                                         | Теор.<br>Интегр. | 3 | 18,02<br>20,02 |
| 70-72   | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.                                                  | Техн.            | 3 | 25,02<br>27,02 |
| 73-75   | Контрольные испытания.                                                                                     | Контр.           | 3 | 4,03<br>6,03   |
| 76-78   | Командные действия в нападении.                                                                            | Такт.            | 3 | 11,03<br>13,03 |
| 79-81   | Ведение мяча с изменением скорости передвижения.                                                           | Техн.            | 3 | 18,03<br>20,03 |
| 82-84   | Многократное выполнение технических приемов.                                                               | Интегр.          | 3 | 1,04<br>3,04   |
| 85-87   | Учебная игра.                                                                                              | Интегр.          | 3 | 8,04<br>10,04  |
| 88-90   | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Такт.            | 3 | 15,04<br>17,04 |
| 91-93   | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.                                                  | Техн.            | 3 | 22,04<br>24,04 |
| 94-96   | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | СФП              | 3 | 29,04<br>1,05  |
| 97-99   | ОФП                                                                                                        | ОФП              | 3 | 6,05<br>8,05   |
| 100-102 | Учебная игра                                                                                               | Интегр.          | 3 | 15,05<br>22,05 |