

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия г.
Зернограда**

«Утверждаю»
Директор МБОУ гимназия
г. Зернограда

О. А. Мясникова
Приказ от 30 августа 2018 г.
№ 403

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КРУЖКА
«БАСКЕТБОЛ»**

Направление: спортивно-оздоровительное

Возраст учащихся: 11 класс (17-18 лет)

Срок реализации: 1 год (34 часа)

Составитель: Щербакова Татьяна Николаевна,
учитель физической культуры

2018-2019 учебный год

Пояснительная записка.

Цели:

- углубить знания на основе интересов и склонностей учащихся;
- расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в спортивной игре «Баскетбол»;
- достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств;
- приобщить учащихся к регулярным тренировкам.

Задачи:

- ✓ углубление представления о спортивной игре «Баскетбол»;
- ✓ соблюдение правил техники безопасности во время занятий;
- ✓ воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время;
- ✓ выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- ✓ воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.

По своему воздействию спортивная игра является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребёнка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных способностей (силовых, выносливости, скоростных), а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов учащегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что создаёт необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнёров и соперников.

Необходимо стремиться учить детей согласовывать индивидуальные и командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите, начиная с применения подобранных для этой цели подвижных игр и специальных постепенно усложняющихся игровых упражнений (форм).

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприятные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом, реализации на практике индивидуального и дифференцированного подхода к учащимся, имеющим существенные индивидуальные различия (способности). В этой связи особой заботой следует окружить детей со слабой игровой подготовкой, активно включая их в ход осуществления разнообразных видов игровой деятельности.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций учеников. В этой связи обучение игровому материалу содействует самостоятельным занятиям спортивными играми.

Содержание программы.

1. Передачи мяча. Передвижения игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передачи мяча разными способами. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.

2. Ведение мяча. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.

3. Штрафной бросок. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Штрафной бросок.

4. Индивидуальные тактические действия. Быстрый прорыв (2х1). Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Игровые задания (2х2, 3х2). Нападение быстрым прорывом (2х1, 3х1).

5. Групповые тактические действия. Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4х4). Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х2, 4х3). Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка».

6. Игра в баскетбол по основным правилам.

Игра баскетбол по основным правилам. Разбор правил игры баскетбол. Изучить жесты судей. Судейство игры учащимися. Игра баскетбол по основным правилам с командой соперника.

Календарно-тематическое планирование.

| № п/п | Дата занятия по плану | Дата занятия фактическая | Содержание (тема занятия) | Кол-во часов | Форма проведения |
|-------|-----------------------|--------------------------|---|--------------|--|
| 1 | 06.09.18 | | Комплектование группы. Вводный инструктаж по ТБ. Передвижения игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передачи мяча разными способами. Учебная игра. | 1 | Беседа, рассказ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. |
| 2 | 13.09.18 | | Передвижения игрока. Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча разными способами. Учебная игра. | 1 | Беседа, рассказ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. |

| | | | | | |
|---|----------|--|--|---|---|
| 3 | 20.09.18 | | Передвижения игрока. Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча разными способами. Учебная игра. | 1 | Беседа, рассказ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. |
| 4 | 27.09.18 | | Передвижения игрока. Повороты с мячом. Сочетание приемов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча разными способами. Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 5 | 04.10.18 | | Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 6 | 11.10.18 | | Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 7 | 18.10.18 | | Ведение мяча в движении с разной высотой отскока. Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 8 | 25.10.18 | | Ведение мяча в движении с разной высотой отскока. Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная |

| | | | | | |
|----|----------|--|---|---|---|
| | | | | | игра |
| 9 | 08.11.18 | | Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Штрафной бросок. Быстрый прорыв (2х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 10 | 15.11.18 | | Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Штрафной бросок. Быстрый прорыв (2х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 11 | 22.11.18 | | Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1). Штрафной бросок. Быстрый прорыв (2х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 12 | 29.11.18 | | Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1). Штрафной бросок. Быстрый прорыв (2х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 13 | 06.12.18 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Игровые задания (2х2, 3х2). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |

| | | | | | |
|----|----------|--|--|---|---|
| 14 | 13.12.18 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Игровые задания (2х2, 3х2). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 15 | 20.12.18 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Игровые задания (2х2, 3х2). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 16 | 27.12.18 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Игровые задания (2х2, 3х2). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 17 | 17.01.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение быстрым прорывом (2х1, 3х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 18 | 24.01.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение быстрым прорывом (2х1, 3х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 19 | 31.01.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение быстрым прорывом (2х1, 3х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |

| | | | | | |
|----|----------|--|---|---|---|
| | | | | | игра |
| 20 | 07.02.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение быстрым прорывом (2х1, 3х1). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 21 | 14.02.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 22 | 21.02.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (2х2). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 23 | 28.02.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 24 | 07.03.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3х3). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |

| | | | | | |
|----|----------|--|--|---|---|
| 25 | 14.03.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4x4). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 26 | 21.03.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (4x4). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 27 | 04.04.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3x2, 4x3). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 28 | 11.04.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях (3x2, 4x3). Учебная игра. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 29 | 18.04.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Игра волейбол по основным правилам. Правила баскетбола. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 30 | 25.04.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите «заслон». Игра волейбол по основным правилам. Правила баскетбола. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная |

| | | | | | |
|----|----------|--|--|---|---|
| | | | | | игра |
| 31 | 02.05.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Взаимодействие трех игроков в нападении. Игра волейбол по основным правилам. Правила баскетбола. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 32 | 16.05.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Взаимодействие трех игроков в нападении. Игра волейбол по основным правилам. Правила баскетбола. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 33 | 23.05.19 | | Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Игра волейбол по основным правилам. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |
| 34 | 30.05.19 | | Игра волейбол по основным правилам с командой соперника. | 1 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра |

«Согласовано»

Протокол заседания
методического совета
МБОУ гимназии
г. Зернограда
от 29 августа 2018 г. Протокол № 1
Руководитель ШМС
_____ /Г.А. Годовикова/

«Согласовано»

заместитель директора по ВР
«30» августа 2018 года
_____ /М.И. Дрёмова/