

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Национальная гимназия «Айыы Кыьата» ГО «Город Якутск»**

«Принята»  
на заседании МО  
Протокол № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

«Согласована»  
зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_ К.М. Охотина  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

«Утверждаю»  
Директор «Айыы Кыьата»  
\_\_\_\_\_ Л.П. Шамаева  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

**Внеурочная деятельность**  
Секция «Баскетбол» 6г класс

**Составитель программы:** Черноградский И.П.  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории

Рабочая программа составлена на основе ООП МОБУ «Национальная гимназия «Айыы Кыьата» и требований ФГОС

**Учебно-методический комплекс:** Учебники: «Физическая культура» 1-11 кл. Под ред. М.Я. Виленского, В.И.Ляха, Просвещение. 2014г..

Дополнительная литература: «Региональная комплексная программа физ.воспитания учащихся 1-11кл. образ.школы. С.И.Захаров, М.И.Варламов, Н.Е. Максимова, Е.Алаас, Г.А. Кузьменко. 1999г

г. Якутск 2019 г

## Пояснительная записка

В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России 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, решение тактических задач, выбор ответных действий.

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-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.

Программа составлена на 1 час в неделю (34ч).

### Календарно - тематическое планирование

№	Дата		Тема	Тип подготовки	К – во часов
	План	Факт			
1.	02-07.09		Инструктаж по Т.Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	Теор. ОФП	1
2.	09-14.09		История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	Техн.	1
3.	16-21.09		Техника передвижения приставными шагами.	Техн.	1
4.	23-28.09		Передача мяча двумя руками от груди.	Техн.	1
5.	30-05.10		Единая спортивная классификация. Тактика нападения.	Теор.	1
6.	07-12.10		Техника передвижения при нападении	Техн.	1
7.	14-19.10		Техника передвижения при нападении	Техн.	1
8.	21-26.10		СФП	СФП	1
9.	28-02.11		Способы ловли мяча.	Техн.	1
10.	11-16.11		Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	Теор.	1

11.	18-23.11		ОФП	ОФП	1
12.	25-30.11		Бросок мяча двумя руками от груди.	Техн.	1
13.	02-07.12		Физическая подготовка юного спортсмена. СФП	Теор.	1
14.	09-14.12		Взаимодействие трех игроков «треугольник».	Такт	1
15.	16-21.12		Техника ведения мяча.	Техн.	1
16.	23-27.12		Ведение мяча с переводом на другую руку.	Техн.	1
17.	13-18.01		Гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена. СФП	Теор.	1
18.	20-25.01		Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	Такт.	1
19.	27-01.02		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
20.	03-08.02		Сущность и назначение планирования, его виды. ОФП.	Теор. ОФП	1
21.	10-15.02		Ловля двумя руками «низкого мяча».	Техн.	1
22.	17-22.02		Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Техн.	1
23.	24-29.02		Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	Теор. Интегр.	1

24.	02-07.03		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	1
25.	09-14.03		Контрольные испытания.	Контр.	1
26.	16-21.03		Командные действия в нападении.	Такт.	1
27.	30-04.04		Ведение мяча с изменением скорости передвижения.	Техн.	1
28.	06-11.04		Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Теор. ОФП	1
29.	13-18.04		Многократное выполнение технических приемов.	Интегр.	1
30.	20-25.04		Учебная игра.	Интегр.	1
31.	27-02.05		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Такт.	1
32.	04-09.05		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	1
33.	11-16.05		Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	Техн.	1
34.	18-23.05		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	СФП	1