

Рабочая программа
спортивной секции «Баскетбол»
8–11 кл.
на 2015–2016 учебный год

Пояснительная записка

Секция «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, позволяет решить задачи по физическому воспитанию школьников. Преимущества этой общедоступной спортивной игры – в простоте оборудования мест занятий, в зрелищности и эмоциональности, в красоте и обилии тактических игровых вариантов. Игра требует от участников хорошей координации движений, ловкости, гибкости, физической силы, проявления смелости и сообразительности.

Занятия баскетболом – эффективное средство укрепления здоровья, улучшения физического развития учащихся. В баскетбол можно играть круглый год, как в спорт зале, так, и на свежем воздухе.

Актуальность и новизна: на уроках физической культуры учащихся получают определенные навыки игры в баскетбол, но для этого в учебной программе отведено небольшое количество часов. Этого недостаточно, чтобы в совершенстве овладеть навыками игры. Данная секция позволяет учащимся получить определённые навыки игры в баскетбол. Эти занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий баскетболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений.

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Занятия в секции рассчитаны на учащихся 8 - 11 классов и реализуются в течение учебного года.

Занятия направлены на решение следующих **задач** физического воспитания:

1. Формирование потребности в здоровом образе жизни.
2. Сплочение коллектива учащихся.
3. Развитие основных двигательных качеств.
4. Воспитание выносливости, смелости, решительности, инициативности, дисциплинированности.

.Цели и задачи.

Цели:

- Снабдить учащихся знаниями о технике и тактике игры в баскетбол
- Содействовать укреплению здоровья учащихся.
- Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи:

- Сформировать общие представления о технике и тактике игры в баскетбол.
- Обучить приемам волейбола, сформировать начальные навыки судейства.
- Научить занимающихся применять полученные знания как в игровой деятельности, так и во время самостоятельных занятий.

Отличительной особенностью данной программы является то, что наряду с общей физической подготовкой учащихся, проведением занятий по теории спорта, учащиеся будут выступать волонтерами по пропаганде здорового образа жизни, готовить презентации к своим выступлениям, использовать материалы из сети Интернет.

Программа рассчитана на учащихся 8 – 11 классов. Срок ее реализации - 1 год

Формы и режим занятий.

Формы обучения: учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочная игра в баскетбол.

Форма проведения занятий: занятия проводятся 3 часа в неделю. Все технические действия изучаются и закрепляются в **спортивно – игровой форме**. Результативность полученных знаний и умений будут определяться в соревнованиях. Занятия проводятся в спортивном зале школы.

Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
2 час	3 раза в неделю	6 часов	210 часов

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

По окончании курса учащиеся получают возможность владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий баскетболом, сформировать первичные навыки судейства. **Формой подведения итогов являются** тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы. Результативность полученных знаний и умений будет определяться в соревнованиях.

Календарно-тематическое планирование

№ п.п.	Дата проведения		Тема занятия	Количество часов	Тип занятия	Деятельность обучающихся	Планируемые результаты	
	План	Факт						
1			Техника перемещений.	24	Изучение нового материала, совершенствование	Инструктаж по Т.Б. на занятиях. История баскетбола, правила игры. Стойка баскетболиста. Перемещения в стойке баскетболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Знать правила ТБ, правила игры, овладеть стойкой игрока, свободно перемещаться в стойке баскетболиста вперед, назад и вбок.	

2			Ведение. Передача. Броски с места, в прыжке, с двух шагов. Подбор мяча.	110	Изучение нового материала, совершенствование	Передача мяча двумя руками сверху, с отскоком в пол и от груди на месте и в движении, в парах, в тройках с забеганием. Скрытая передача мяча на месте в движении (из за головы, спины, между ног.) Учебная игра. Бросок мяча одной и двумя руками с места ,в движении, в прыжке. Бросок крюком, полукрюком. Бросок со штрафной линии, трех очковой линии, двух очковой зоны. Учебная игра. Борьба за мяч на щите и под щитом при подборе. Учебная игра.	Научиться точным передачам мяча партнеру, находящемуся в любой зоне площадки, свободно владеть техникой ведения и броска мяча, подбор мяча.
3			Тактика игры в нападении	40	Изучение нового материала, совершенствование	Индивидуальные тактические действия в нападении. Учебно – тренировочная игра. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков приличной и зонной обороне. Командные тактические действия в нападении через игрока постановка заслона. Учебно – тренировочная игра в баскетбол с заданиями. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в баскетбол с заданиями.	Совершенствовать навыки игры в нападении, тактически грамотно организовывать атаку команды.
4			Тактика игры в защите	12	Изучение нового материала, совершенствование	Система игры личной и зонной защиты. Смена игроков. Учебно – тренировочная игра в баскетбол с заданиями.	Освоить элементарные навыки игры в защите.
5			Организация и проведение соревнований	24	Изучение нового материала, совершенствование, учетный	Первенство школы побаскетболу среди команд юношей и девушек 8-11 классов. Товарищеские встречи между командами близлежащих школ	Участвовать в школьных и городских соревнованиях по волейболу.

Итого: 210 ч.

Содержание программы

Техника перемещений

Инструктаж по Т.Б. на занятиях. История баскетбол. Правила игры. Оборудование и инвентарь. Стойка баскетболиста. Перемещения в стойке баскетболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.

Прием. Передача. Бросок мяча. Подбор мяча.

Передача мяча одной и двумя руками сверху с отскоком в пол и от груди на месте и в движении, в парах, в тройка с забеганием. Скрытая передача мяча из за головы, спины, между ног. Бросок мяча одной, двумя руками с места, в движении, в прыжке. Бросок крюком, полу крюком. Бросок со штрафной, трёх очкой линии, двух очковой зоны. Борьба за мяч на щите, под щитом при отскоке.

Тактика игры в нападении

Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков .2. Командные тактические действия в нападении. Командные тактические действия в нападении. Учебно – тренировочная игра в баскетбол с заданиями.

Тактика игры в защите

Система игры личной и зонной защиты. Учебно – тренировочная игра в баскетбол с заданиями.

Организация и проведение соревнований

Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек. Товарищеские встречи между командами близлежащих школ.

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал;
Баскетбольные мячи - 15 шт..

Список используемой литературы.

- Ю.Н. Клещев , А.Г. Фурманов Юный баскетболист, М - «Физкультура и спорт» 1979 г.
А.Г. Фурманов Волейбол в школе , Киев - 1987 г.
Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский , баскетбол в школе, М - «Просвещение» 1989 г. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. - Москва «Просвещение», 1984 г.
Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.
Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. - Москва, «Физкультура и спорт» 1991 год.
- Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2008г.
- Государственная программа Министерства образования и науки РФ по физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2010г.