

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный профильный центр «Батыр»»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан.

Принята на заседании
педагогического совета
протокол №1

от «1» сентября 2025 г.

Утверждаю:

Директор МБУДО ДООПЦ «Батыр»

/Н.С.Зиятдинов/

Приказ №61

от «1» сентября 2025 г.



Рабочая программа объединения

«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 10-18 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования.

Давлетшин Ильдар Расимович

с. Манзарас
Кукморский муниципальный район Республики Татарстан.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа по баскетболу рассчитана для группы СФП 5 года обучения. Запланировано в неделю 9 занятий, в год 342 занятия.

Цели:

- Повышение уровня физического развития подростков.
- Подготовка спортивного резерва.
- Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи:

- Укрепление здоровья и закаливание организма подростков.
- Обеспечение оптимального для данного возраста уровня физической работоспособности и физических качеств.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий.	4	4	-	опрос
2	Теоретическая подготовка.	6	6	-	опрос, беседа
3	Физическая подготовка.	112	1	111	практическая работа
4	Техническая подготовка.	100	-	100	зачет
5	Тактическая подготовка.	102	-	102	тестирование
6	Контрольные нормативы.	6	-	6	зачет
7	Соревнования.	12	-	12	зачет
	Итого	342	17	325	

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемому виду спорта;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ- это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарный учебный график для группы СФП 5 года обучения

№ урока	Темаурока	Кол- вочас ов	Датапроведен ияпоплану	Датапроведени яфактически	Формаcontro ля
1-5	техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий. Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	6	01.09.2025 02.09.2025		опрос
6-11	правилаигрывбаскетбол	6	04.09.2025 08.09.2025		ПР
12-17	прием нормативов по технической подготовке	6	09.09.2025 11.09.2025		ПР
18-23	упражнения на развитие скоростно-силовых качеств	6	15.09.2025 16.09.2025		ПР
24-29	упражнениянаразвитиеси лы	6	18.09.2025 22.09.2025		ПР
30-35	техникаброска	6	23.09.2025 25.09.2025		ПР
36-41	техникаповоротаивдвижен ии	6	29.09.2025 30.09.2025		ПР
42-47	техника ловли мяча, отскочившего от щита	6	02.10.2025 06.10.2025		ПР
48-53	техника броска в движении после ловли мяча	6	07.10.2025 09.10.2025		ПР
54-59	техника броска в прыжке с места	6	13.10.2025 14.10.2025		ПР
60-65	техника передачи одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке	6	16.10.2025 20.10.2025		ПР

66-71	техника передачи на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча	6	21.10.2025 23.10.2025		ПР
72-77	учетпотехническойподготовки	6	27.10.2025 28.10.2025		ПР
78-83	техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча	6	30.10.2025 03.11.2025		ПР
84-89	техника ведения и передач в движении	6	04.11.2025 06.11.2025		ПР
90-95	техника передач одной рукой с поворотом	6	10.11.2025 11.11.2025		ПР
96-101	техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	6	13.11.2025 17.11.2025		ПР
102-107	техника отвлекающих действий на бросок	6	18.11.2025 20.11.2025		ПР
108-113	техника передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	6	24.11.2025 25.11.2025		ПР
114-119	техника выбивания мяча после ведения	6	27.11.2025 01.12.2025		ПР
120-125	техника атаки двух нападающих против одного защитника	6	02.12.2025 04.12.2025		ПР
126-131	выбиваниемячаприведении	6	08.12.2025 09.12.2025		ПР
132-137	передача одной рукой с поворотом	6	11.12.2025 15.12.2025		ПР

138-143	упражнения на развитие быстрой стрелы	6	16.12.2025 18.12.2025		ПР
144-149	передача в движении	6	22.12.2025 23.12.2025		ПР
150-155	передача в тройках в движении	6	25.12.2025 29.12.2025		ПР
156-161	заслона с выходом на получение мяча от центрального	6	30.12.2025 12.01.2026		ПР
162-167	передача в движении	6	13.01.2026 15.01.2026		ПР
168-173	техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	6	19.01.2026 20.01.2026		ПР
174-179	техника передачи мяча	6	22.01.2026 26.01.2026		ПР
180-185	быстрый прорыв после штрафного броска	6	27.01.2026 29.01.2026		ПР
186-191	нападение через центрального игрока	6	02.02.2026 03.02.2026		ПР
192-197	техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	6	05.02.2026 09.02.2026		ПР
198-203	техника нападения через центрального, заслоны.	6	10.02.2026 12.02.2026		ПР
204-209	разучивание нападения «тройкой»	6	16.02.2026 17.02.2026		ПР
210-215	комбинации при вбрасывании мяча из-за	6	19.02.2026 23.02.2026		ПР

	боковой линии.				
216-221	заслоны. техника	6	24.02.2026 26.02.2026		ПР
222-227	заслон центровым игроком, техника игры	6	02.03.2026 03.03.2026		ПР
228-233	техника и тактика в игре бросков	6	05.03.2026 09.03.2026		ПР
234-239	быстрый прорыв	6	10.03.2026 12.03.2026		ПР
240-245	техника плотной защиты	6	16.03.2026 17.03.2026		ПР
246-251	техника передачи через центрального игрока	6	19.03.2026 23.03.2026		ПР
252-257	техника накрывания мяча при броске	6	24.03.2026 26.03.2026		ПР
258-263	техника борьбы за мяч	6	30.03.2026 31.03.2026		ПР
264-269	нападение двумя центрами и их взаимодействие	6	02.04.2026 06.04.2026		ПР
270-275	нападение двумя центрами	6	07.04.2026 09.04.2026		ПР
276-281	закрепление пройденного материала	6	13.04.2026 14.04.2026		ПР
282-287	техника ведения на максимальной скорости	6	16.04.2026 20.04.2026		ПР
288-293	техника передач мяча	6	21.04.2026 23.04.2026		ПР

294-299	техника добивания мяча в корзину	6	27.04.2026 28.04.2026		ПР
300-305	техника передач в парах	6	30.04.2026 01.05.2026		ПР
306-311	закрепление техники бросков и передач в движении	6	04.05.2026 05.05.2026		ПР
312-317	ведение мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	6	07.05.2026 11.05.2026		ПР
318-323	техника борьбы за мяч, отскочившего от щита	6	12.05.2026 14.05.2026		ПР
324-329	прием нормативов по технической и специальной подготовке	6	18.05.2026 19.05.2026		ПР
330-335	закрепление техники бросков и передач в движении	6	21.05.2026 25.05.2026		ПР
336-342	закрепление бросков в движении	6	26.05.2026 28.05.2026		ПР