

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 «01» сентября 2025 г.

Утверждаю:

Директор МБУ ДО ДОО(П)Ц
«Батыр» Кукморского
муниципального района
Республики Татарстан

/Н.С.Зиятдино

В/
Приказ № 61
«01» сентября 2025 г.



Рабочая программа объединения

«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 9-16 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Михайлов Алик Николаевич

с.Манзарас

Кукморский муниципальный район Республики Татарстан, 2025

Пояснительная записка

Данная рабочая программа рассчитана для группы СФП-4 года обучения по баскетболу. Запланировано в неделю 6, в год 228 занятий.

Цели:

1. Повысить уровень физического развития подростков.
2. Подготовить спортивный резерв.
3. Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи этапа начальной подготовки:

- укрепление здоровья;
- формирование у детей стойкого интереса к баскетболу и спорту;
- выявление детей, талантливых по отношению к спортивным играм и к баскетболу;
- гармоничное и всестороннее развитие двигательных качеств и способностей;
- опережающее воспитание координационных качеств и скоростных способностей, гибкости;
- освоение базовых технических приемов игры;
- обучение умению тренироваться.

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий	2	2	-	опрос
2	Общая физическая подготовка	20		20	практическая работа
	Специальная физическая подготовка	42		42	
	Техническая подготовка	71		71	
	Тактическая подготовка	62		62	
	Теоретическая подготовка	8		8	
3	Контрольные нормативы	6		6	зачет
4	Участие в соревнованиях по календарному плану	18 228		18	срез знаний

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 графики для группы СФП-4 года обучения

№	Тема занятий	Количество часов	Дата проведения		Форма контроля
			по плану	фактически	
1-2	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте технику бега боком вперед, спиной вперед, ловли и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте, СФП	2	1.09		Опрос Практическая работа
3-6	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча технику передач двумя руками от груди, одной рукой от плеча, поворотов на месте, ведение мяча в движении СФП	4	3.09 5.09		Практическая работа
7-8	Закрепление передач двумя руками над головой. Двухсторонняя игра	2	8.09		Практическая работа
9-12	Закрепление техники передач двумя руками в движении, правила игры ОФП	4	10.09 12.09		Практическая работа
13-14	Закрепление техники броска после ведения мяча	2	15.09		Практическая работа
15-18	Закрепление техники поворотам в движении СФП	4	17.09 19.09		Практическая работа
19-20	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита ОФП. Игра с заданиями.	2	22.09		Практическая работа
21-24	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча	4	24.09 26.09		Практическая работа
25-26	Закрепление техники броскам в прыжке с места СФП	2	29.09		Практическая работа

27-30	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке ОФП	4	1.10 3.10		Практическая работа
31-32	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча ОФП. Игра.	2	6.10		Практическая работа
33-36	Учет по технической подготовке техника зачетных упражнений СФП	4	8.10 10.10		Практическая работа
37-38	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча СФП	2	13.10		Практическая работа
39-42	Закрепление техники ведения и передач в движении ОФП	4	15.10 17.10		Практическая работа
43-44	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу. Игра с заданиями	2	20.10		Практическая работа
45-48	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом СФП	4	22.10 24.10		Практическая работа
49-50	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок. . Игра с заданиями	2	27.10		Практическая работа
51-54	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание ОФП	4	29.10 31.10		Практическая работа
55-56	Закрепление техники выбивания мяча после ведения	2	3.11		Практическая работа
57-60	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника СФП	4	5.11 7.11		Практическая работа
61-62	Закрепление выбивания мяча при ведении	2	10.11		Практическая работа
63-66	Закрепление передач одной рукой с поворотом. . Игра с заданиями	4	12.11 14.11		Практическая работа
67-	Прием нормативов по технической подготовке. . Игра с заданиями	2	17.11		зачет

68					
69-72	Закрепление передач в движении в парах СФП	4	19.11 21.11		Практическая работа
73-74	Закрепление передач в тройках в движении	2	24.11		Практическая работа
75-78	Закрепление передач в тройках в движении ОФП	4	26.11 28.11		Практическая работа
79-80	Закрепление передач в движении. . Игра с заданиями	2	1.12		Практическая работа
81-84	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	4	3.12 5.12		Практическая работа
85-86	Закрепление техники передач мяча. Игра с заданиями.СФП	2	8.12		Практическая работа
87-90	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска	4	10.12 12.12		Практическая работа
91-92	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока СФП	2	15.12		Практическая работа
93-96	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки ОФП	4	17.12 19.12		Практическая работа
97-98	Закрепление через центрального, заслоны. . Игра с заданиями	2	22.12		Практическая работа
99-102	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» СФП	4	24.12 26.12		Практическая работа
103-104	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» ОФП	2	29.12		Практическая работа
105-	Прием нормативов по технической подготовке. . Игра с заданиями	4	9.01 12.01		Зачет

108					опрос
109-110	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника ОФП	2	14.01		Практическая работа
111-114	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника СФП. . Игра с заданиями	4	16.01 19.01		Практическая работа
115-116	Закрепление техники и тактики в игре, бросков	2	21.01		Практическая работа
117-120	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.СФП	4	23.01 26.01		Практическая работа
121-122	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры	2	28.01		Практическая работа
123-126	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры ОФП	4	30.01 02.02		Практическая работа
127-128	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	2	4.02		Практическая работа
129-132	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника	4	6.02 9.02		Практическая работа
133-134	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока СФП	2	11.02		Практическая работа
135-138	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока ОФП	4	13.02 16.02		Практическая работа
139-140	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока	2	18.02		Практическая работа
141-144	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока СФП	4	20.02 23.02		Практическая работа

145-148	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита. Игра с заданиями	4	25.02 27.02		Практическая работа
149-152	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	4	2.03 4.03		Практическая работа
153-156	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие СФП	4	6.03 9.03		Практическая работа
157-160	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие ОФП	4	11.03 13.03		Практическая работа
161-164	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами	4	16.03 18.03		Практическая работа
165-168	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами СФП	4	20.03 23.03		Практическая работа
169-172	Закрепление пройденного материала СФП	4	25.03 27.03		Практическая работа
173-176	Закрепление пройденного материала. . Игра с заданиями	4	30.03 1.04		Практическая работа
177-180	Закрепление техники ведения на максимальной скорости.СФП	4	3.04 6.04		Практическая работа
181-184	Закрепление техники ведения на максимальной скорости ОФП	4	8.04 10.04		Практическая работа
185-188	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	4	13.04 15.04		зачет
189-192	Закрепление техники добивания мяча в корзину ОФП	4	17.04 20.04		Практическая работа
193-196	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном СФП	4	22.04 24.04		Практическая работа
197-	Закрепление техники бросков и передач в движении	4	27.04		Практическая работа

200			29.04		работа
201-102	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков	4	01.05 4.05		Практическая работа
203-206	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита СФП. . Игра с заданиями	4	6.05 8.05		Практическая работа
207-210	Закрепление бросков в движении ОФП. . Игра с заданиями	4	11.05 13.05		Практическая работа
211-214	Прием нормативов по технической и специальной подготовке. . Игра с заданиями	4	15.05 18.05		зачет
215-218	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки СФП	4	20.05 22.05		Практическая работа
219-222	Совершенствование в технических приемах ОФП. . Игра с заданиями	4	25.05 27.05		Практическая работа
223-226	Совершенствование в технических приемах. . Игра с заданиями	4	29.05 30.05		Практическая работа
227-228	Итоговое занятие. Двухсторонняя игра	2	30.05		зачет

Список литературы:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Е.Р.Яхонтов, Л.С.Кит. Индивидуальные упражнения баскетболиста М. «ФИС», 1981