

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. КАЗАНИ
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос.Дербышки»
Советского района г. Казани

Принята на педагогическом совете
МБУДО «ЦДТ пос.Дербышки»

Протокол № 1 от 26.08.2024г.

Утверждаю:
Директор ЦДТ:
(Ф.М.Гумерова)
Приказ № 34-ОД от 31.08.2024г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
ОБЪЕДИНЕНИЯ «БАСКЕТБОЛ «ЮНИОР»»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации: 3 года

Год обучения: 1
Номер группы: 2
Возраст обучающихся: 13-15 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Жиряева Рахилия Рашитовна

Казань, 2024 года

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. КАЗАНИ**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос. Дербышки»
Советского района
г. Казани**

Принята на методическом совете МБУДО «ЦДТ пос.Дербышки»	Утверждаю: Директор ЦДТ: _____ (Ф.М.Гумерова)
Протокол № ___ от _____ 2024 г.	Приказ ___ от _____ 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Здоровье и спортивное движение»
объединения «Баскетбол «Юниор»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст детей 11 - 12 лет
Срок реализации 3 лет

Год обучения: первый
Номер группы: второй
Возраст обучающихся: 11 – 12 лет

Составитель:
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ЦДТ пос. Дербышки»
Жиряева Рахилия Рашитовна

Казань, 2024 год

I. Пояснительная записка.

Первый год обучения начальная подготовка.

На первом этапе начальной подготовки (первый год обучения) в объединениях баскетбола набирается максимальное количество детей

(15 – 20 человек) в возрасте не менее 13 лет. Занятия проводятся согласно тематическому планированию образовательной программы 2 раза в неделю (4 часа), что в год составляет 144 часа.

Характеристика группы детского объединения

Состав обучающихся		
Количество детей	Мальчиков	Девочек
15		

Уровень подготовки детей.

В начале учебного года проводится работа по отбору способных детей к занятиям баскетболом. Дети не отстают от физического развития своих сверстников. Уровень физической подготовки детей соответствует нормам. Знания программного материала по баскетболу на уровне школьной программы.

Ожидаемые результаты освоения программы обучающимися.

На первом году обучения формируется представление о двигательных действиях. Учитель знакомит учащихся с особенностями действий и их значением с помощью рассказа и показа. Детали движений осваиваются гораздо быстрее, если дети могут наблюдать технически правильное его выполнение. Между повторениями в заданиях желательно делать паузы, во время которых сами занимающиеся анализируют выполнение движений.

Задачи этапа начальной подготовки первого года обучения:

1. Отбор способных к занятиям баскетболом детей.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание.
4. Воспитание специальных способностей для овладения навыками игры.
5. Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.
6. Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-баскетбола

По окончании учебного года обучающиеся должны:

Знать: Технику безопасности при поведении занятий по баскетболу. Оказание первой медицинской помощи. Историю баскетбола. Правила и технику игры.

Уметь: Выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете; выполнять перемещения в стойке, остановку в два шага и прыжком; выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи; бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места; владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; участвовать в массовых спортивных соревнованиях.

Выполнить контрольные нормативы.

**Календарный учебный график
Первый год обучения**

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1	Сентябрь 4	Техника безопасности. ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения. Входная диагностика	2	групповая	Беседа, опрос. Практическое занятие	
2	Сентябрь 7	ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения	2	групповая	Практическое занятие	
3	Сентябрь 11	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
4	Сентябрь 14	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
5	Сентябрь 18	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
6	Сентябрь 21	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
7	Сентябрь 25	ОФП. Освоение ловли и передачи мяча. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
8	Сентябрь 28	ОФП. Освоение ловли и передачи мяча. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
9	Октябрь 2	ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения. Освоение ловли и передачи мяча.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
10	Октябрь 5	ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения. Освоение ловли и передачи мяча.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	

11	Октябрь 9	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
12	Октябрь 12	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
13	Октябрь 16	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
14	Октябрь 19	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
15	Октябрь 23	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
16	Октябрь 26	История баскетбола. Правила техники игры. Освоение техники ведения мяча. Специальные упражнения на выносливость	2	групповая	Беседа, опрос. Практическое занятие	
17	Октябрь 30	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Специальные упражнения на выносливость	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
18	Ноябрь 2	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Специальные упражнения на выносливость	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
19	Ноябрь 9	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Специальные упражнения на выносливость	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
20	Ноябрь 13	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Мини – баскетбол. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
21	Ноябрь 16	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Мини – баскетбол. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
22	Ноябрь 20	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Мини – баскетбол. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
23	Ноябрь 23	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Мини – баскетбол. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	

24	Ноябрь27	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Мини – баскетбол. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
25	Ноябрь 30	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
26	Декабрь 4	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
27	Декабрь 7	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
28	Декабрь 11	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
29	Декабрь 14	ОФП. Освоение техники бросков мяча. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
30	Декабрь 18	ОФП. Освоение индивидуальной техники защиты. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
31	Декабрь 21	ОФП. Освоение индивидуальной техники защиты. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
32	Декабрь 25	Промежуточная аттестация по итогам 1-го полугодия. Контрольные нормативы, тестирование	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	Промежуточная аттестация по итогам 1-го полугодия
33	Декабрь 28	ОФП. Освоение индивидуальной техники защиты. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
34	Январь 11	ОФП. Овладение игрой. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	2	индивидуально - групповая	Текущий контроль	
35	Январь 15	ОФП. Овладение игрой. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	2	индивидуально - групповая	Текущий контроль	
36	Январь 18	Приёмы техники. Классификация бросков в кольцо. ОФП. Освоение индивидуальной техники броска. Специальные	2	групповая	Беседа, опрос. Практическое занятие	

		упражнения для развития гибкости				
37	Январь 22	ОФП. Освоение индивидуальной техники броска. Специальные упражнения для развития гибкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
38	Январь 25	ОФП. Освоение индивидуальной техники броска. Специальные упражнения для развития гибкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
39	Январь 29	ОФП. Освоение индивидуальной техники броска. Специальные упражнения для развития гибкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
40	Февраль 1	ОФП. Техника владения мяча. Игра по упрощённым правилам. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
41	Февраль 5	ОФП. Техника владения мяча. Игра по упрощённым правилам. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
42	Февраль 8	ОФП. Техника владения мяча. Специальные упражнения для развития ловкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
43	Февраль 12	ОФП. Техника владения мяча. Специальные упражнения для развития ловкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
44	Февраль 15	ОФП. Техника владения мяча. Специальные упражнения для развития ловкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
45	Февраль 19	ОФП. Техника владения мяча. Специальные упражнения для развития ловкости	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
46	Февраль 22	ОФП. Техника перемещения, владение мяча. Игра с заданием. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
47	Февраль 26	ОФП. Техника перемещения, владение мяча. Игра с заданием. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
48	Март 1	ОФП. Техника перемещения, владение мяча. Игра с заданием. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	

49	Март 5	ОФП. Техника перемещения, владение мяча. Игра с заданием. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
50	Март 12	ОФП. Техника перемещения, владение мяча. Игра с заданием. РДК.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
51	Март 15	Изучение тактики игры. Темп и длительность физических упражнений. Специальные подвижные игры, эстафеты.	2	групповая	Беседа, опрос. Практическое занятие	
52	Март 19	ОФП. Техника передвижения, владения мяча. Специальные подвижные игры, эстафеты.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
53	Март 22	ОФП. Техника передвижения, владения мяча. Специальные подвижные игры, эстафеты.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
54	Март 26	ОФП. Техника передвижения, владения мяча. Специальные подвижные игры, эстафеты.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
55	Март 29	ОФП. Техника передвижения, владения мяча. Специальные подвижные игры, эстафеты.	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
56	Апрель 2	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
57	Апрель 5	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
58	Апрель 9	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
59	Апрель 12	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
60	Апрель 16	ОФП. Освоение тактики игры – нападение.	2	групповая	Практическое занятие	

		Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения			Педагогические наблюдения	
61	Апрель 19	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
62	Апрель 23	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
63	Апрель 26	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
64	Апрель 30	ОФП. Освоение тактики игры – нападение. Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
65	Май 3	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
66	Май 7	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
67	Май 10	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Учебно-тренировочная игра. РДК	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
68	Май 14	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Психологическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
69	Май 17	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Психологическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
70	Май 21	Промежуточная аттестация по итогам учебного года. Контрольные нормативы, тестирование	2	индивидуально - групповая	Практическое занятие Промежуточное тестирование	Промежуточная аттестация по итогам учебного года.
71	Май 24	ОФП. Освоение тактики игры – защита.	2	групповая	Практическое занятие	

		Психологическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.			Соревновательная деятельность	
72	Май 28	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Психологическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
73	Май 30	ОФП. Освоение тактики игры – защита. Психологическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.	2	групповая	Практическое занятие Соревновательная деятельность	
Всего: 146						

**План воспитательной работы
объединения «Баскетбол «Юниор»», группа № 2**

№	Мероприятие (форма проведения)	Дата и время проведения	Место проведения
1	Всероссийский день бега “Кросс нации”	21.09.2024г 10.00 – 11.00	Парк “Урам”
2	День тренера “Спасибо за ...” беседа	16.11.2024г 13.00 – 13.15	«Школа 22 – Центр образования»
3	Всемирный день баскетбола беседа	21.12.2024г 13.00 – 13.45	«Школа 22 – Центр образования»
4	Всемирный день снега. “Зимнии забавы”, мероприятие	26.01.2025г 10.00 – 11.00	Озеро «Комсомольское»
5	День зимних видов спорта “Зимние Олимпийские игры – 2014 в Сочи”, презентация	08.02.2025г 13.00 – 13.15	«Школа 22 – Центр образования»
6	Всемирный день здоровья, «Мы выбираем здоровый образ жизни», мероприятие.	06.04.2025г 10.00 – 11.00	Озеро «Комсомольское»