**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа № 2 г. Советский**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено на заседании МОРуководитель МО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ф.И.О.«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_г. | «Согласовано»Заместитель директора по ВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ф.И.О.«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_г. | «Утверждено»Директор МБОУ СОШ № 2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ф.И.О.«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

**«БАСКЕТБОЛ»**

Возраст обучающихся: 10-12лет

Период реализации программы: 2 года

2 год обучения

**Беспалов Анатолий Игоревич**

учитель физической культуры

г. Советский

2013 – 2014 учебный год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа «Баскетбол» (далее Программа) разработана на основе дополнительной общеобразовательной программы «Баскетбол», 2012г.

**Цель Программы**: всестороннее физическое развитие и совершенствование необходимых в жизни двигательных навыков и морально-волевых качеств.

**Задачи**:

* содействовать правильному физическому развитию детского организма, укреплению здоровья школьников;
* дать необходимые теоретические знания;
* научить основным приемам техники и тактики игры;
* воспитывать у ребят волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм.

**Направленность Программы:** спортивно-оздоровительное направление развития личности.

Наиболее распространенными **формами работы** с детьми при реализации данной Программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Лях В.И., 2011). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

**Объём программы**: 140 часов, 2 занятия в неделю по 2 часа.

**Наполняемость и состав групп** – мальчики в возрасте 10 - 12 лет,  не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортивными играми. Количество: 14 человек.

**Ожидаемый результат**

**К концу первого года дети должны**:

Знать

 – технику безопасности при занятиях спортивными играми;

 - историю Российского баскетбола;

 - лучших игроков края и России;

 - знать простейшие правила игры.

Уметь

 -  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.

- передвигаться в защитной стойке;

- вырывать и выбивать мяч;

 - выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;

 - ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;

 - выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;

 - владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;

 - играть по упрощенным правилам мини-баскетбола.

**Календарно - тематическое планирование**

**( 2-й год обучения).**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Содержание** | **Кол-во часов** | **По плану** | **По факту** |
|  | Т/Б по Б/Б Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. | 2 |  |  |
|  | Техника передвижения при нападении. | 2 |  |  |
|  | Тактика нападения.  | 2 |  |  |
|  | Индивидуальные действия без мяча. | 2 |  |  |
|  | ОФП. Подвижные игры. | 2 |  |  |
|  | Техника передвижения приставными шагами. | 2 |  |  |
|  | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | 2 |  |  |
|  | Индивидуальные действия при нападении.  | 2 |  |  |
|  | Прыжки толчком с двух ног. | 2 |  |  |
|  | Специальная физическая подготовка. | 2 |  |  |
|  | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | 2 |  |  |
|  | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».  | 2 |  |  |
|  | Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Передача мяча двумя руками от груди. | 2 |  |  |
|  | СФП. Подвижные игры. | 2 |  |  |
|  | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | 2 |  |  |
|  | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.  | 2 |  |  |
|  | Учебная игра. Подвижные игры. | 2 |  |  |
|  | Бросок мяча двумя руками от груди. | 2 |  |  |
|  | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | 2 |  |  |
|  | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.  | 2 |  |  |
|  | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | 2 |  |  |
|  | Учебная игра. Подвижные игры. | 2 |  |  |
|  | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП.  | 2 |  |  |
|  | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | 2 |  |  |
|  | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | 2 |  |  |
|  | Командные действия в нападении.  | 2 |  |  |
|  | Многократное выполнение технических приемов. | 2 |  |  |
|  | Самоконтроль в процессе занятий спортом.Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | 2 |  |  |
|  | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | 2 |  |  |
|  | ОФП. Подвижные игры. | 2 |  |  |
|  | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | 2 |  |  |
|  | Выбор места по отношению к нападающему с мячом.  | 2 |  |  |
|  | Учебная игра. | 2 | . |  |
|  | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.  | 2 |  |  |
|  | Бросок мяча одной рукой от плеча.  | 2 |  |  |
|  | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | 2 |  |  |
|  | Взаимодействие двух игроков «подстраховка».Многократное выполнение технических приемов. | 2 |  |  |
|  | Совершенствование техники передачи мяча. | 2 |  |  |
|  | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | 2 |  |  |
|  | Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия. | 2 |  |  |
|  | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | 2 |  |  |
|  | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | 2 |  |  |
|  | Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Совершенствование техники броска мяча. | 2 |  |  |
|  | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего. | 2 |  |  |
|  | Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Ведение мяча с переводом на другую руку. | 2 |  |  |
|  | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | 2 |  |  |
|  | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов. | 2 |  |  |
|  | Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП. | 2 |  |  |
|  | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | 2 |  |  |
|  | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | 2 |  |  |
|  | Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | 2 |  |  |
|  | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | 2 |  |  |
|  | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. | 2 |  |  |
|  | Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП | 2 |  |  |
|  | Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | 2 |  |  |
|  | Закономерности развития спортивной формы как одно из объективных условий периодизации спортивной тренировки. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Совершенствование техники броска мяча одной рукой от плеча. | 2 |  |  |
|  | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | 2 |  |  |
|  | Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Совершенствование техники ведения мяча. | 2 |  |  |
|  | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | 2 |  |  |
|  | Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП | 2 |  |  |
|  | Совершенствование техники ловли и передачи мяча. | 2 |  |  |
|  | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | 2 |  |  |
|  | Итоги спортивного года. Учебная игра. | 2 |  |  |

**Объяснительная записка**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_