

Бекіткені:  
Утверждено:  
Директор школы  
Б.Шиньянов  
01.09.2022г.



Келісілді:  
Согласовано:  
зам. директора УВР  
И.П. Холод  
«01» 09.2022г.

Қаралды:  
Рассмотрено:  
на заседании МО  
протокол №1  
от «31» 08.2022г.  
рук.МО И.В. Шиньянов К.В.

**КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**  
**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
на 2022-2023 учебный год

предмет: спортивная секция  
«Обучение навыкам игры в баскетбол»

Сынып:

Класс: 4-6

Мұғалім:

Учитель: Дуков И.В

Жылдық сағат саны:

Количество часов в год: 108ч

2022г

## Пояснительная записка

В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся общеобразовательного учреждения с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол». Структура и содержание программы могут быть использованы для разработки программ секционной работы по другим видам спорта.

Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Тем не менее, в осуществлении такой работы необходимо ориентироваться на единство всех форм системы физического воспитания школьников: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

Цели занятий – формирование физической культуры занимающихся;

- дальнейшее развитие и популяризация баскетбола и игровых видов спорта
- привлечение к систематическим занятиям физической культурой и спортом в спортивных секциях наибольшего количества занимающихся
- пропаганда активного и здорового образа жизни.

Задачи работы секции:

- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;
- совершенствование функциональных возможностей организма;
- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
- формирование умений в организации и судействе спортивной игры «баскетбол».

Содержание данной программы рассчитано на систему трехразовых занятий в неделю продолжительностью 40–60 минут. Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне ее. Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. 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.

**Форма проведения занятий:** 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.

## Содержание программы.

Программа рассчитана на 1год обучения.

Материал программы разбит на два раздела:

1 раздел: Основы знаний и 2. Техничко – тактические приёмы.

### **I. Основы знаний – 2 часа**

- понятие о технике и тактике игры;
- основные положения правил игры в баскетбол. Нарушения, жесты судей.

### **II. Техничко – тактические приёмы –106 часа**

#### **1. Техническая –42часов:**

- имитационные упражнения без мяча;
- ловля и передача мяча;
- ведение мяча;
- броски мяча;

#### **2. Тактическая - 36 часов:**

- действия игрока в защите;
- действия игрока в нападении;

#### **3. Физическая - 16:**

- общая подготовка;
- специальная;

#### **4. Учебно – тренировочные игры – 12 часов.**

##### **Ожидаемый результат.**

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

##### **Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал;  
Баскетбольные мячи;  
Скакалки.

## **Учебный план курса по выбору « Обучение навыкам игры в баскетбол» (5-11классов)**

№	Содержание	Кол-во часов
<b>I</b>	<b>Основы знаний</b>	<b>2</b>

1	- понятие о технике и тактике игры; - основные положения правил игры в баскетбол, нарушения, жесты судей.	
<b>II</b>	<b>Технические и тактические приёмы</b>	<b>106</b>
<b>1</b>	<b>Техническая:</b>	<b>42</b>
	имитационные упражнения без мяча;	2
	ловля и передача мяча;	3
	ведение мяча;	2
	броски мяча;	3
<b>2</b>	<b>Тактическая:</b>	<b>36</b>
	действия игрока в защите;	3
	действия игрока в нападении;	3
<b>3</b>	<b>Физическая:</b>	<b>16</b>
	Общая подготовка	2
	Специальная	2
<b>4</b>	<b>Участие в спортивных соревнованиях</b>	<b>10</b>
<b>5</b>	<b>Судейство игр.</b>	<b>2</b>
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>

**Календарно – тематическое планирование**  
**Спортивной секций « Обучение навыкам игры в баскетбол» ( 4-6 классов)**  
на 2022 – 2023 учебный год.

№	Содержание	Кол-во часов	Дата	коррек
<b>I</b>	<b>Основы знаний</b>	<b>2</b>		
1	- понятие о технике и тактике игры;	1	05.09.22г	
2	- основные положения правил игры в баскетбол, нарушения, жесты судей.	1	07.09	
<b>II</b>	<b>Технические и тактические приёмы</b>	<b>106</b>		

<b>1</b>	<b>Техническая:</b>	<b>42</b>		
1	имитационные упражнения без мяча;	1	09.09	
2	Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу	1	12.09	
3	имитационные упражнения без мяча	1	14.09	
4	Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях.	1	16.09	
5	Передвижение правым – левым боком	1	19.09	
6	Передвижение в стойке баскетболиста.	1	21.09	
7	Передвижение в стойке баскетболиста.	1	23.09	
8	Остановка прыжком после ускорения	1	26.09	
9	Остановка в два шага после ускорения.	1	28.09	
10	ловля и передача мяча;	1	30.09	
11	Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед.	1	03.10	
12	Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча.	1	05.10	
13	Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча.	1	07.10	
14	Передача одной рукой с отскоком от пола.	1	10.10	
15	Передача одной рукой снизу от пола. То же в движении.	1	12.10	
16	Ловля мяча после полуотскока. Ловля высоко летящего мяча	1	14.10	
17	Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.	1	17.10	
18	Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.	1	19.10	
19	ловля и передача мяча;	1	21.10	
20	ловля и передача мяча;	1	24.10	
21	ведение мяча;	1	26.10	
22	В движении шагом. В движении бегом.	1	28.10	
23	ведение мяча; в движении бегом с изменением направления и скорости.	1	07.11	
24	В движении бегом и то же с изменением высоты отскока.	1	09.11	
25	ведение мяча; правой и левой рукой поочередно на месте	1	11.11	

26	ведение мяча; правой и левой рукой поочередно на месте	1	14.11	
27	броски мяча; перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.	1	16.11	
28	броски мяча; перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.	1	18.11	
29	броски мяча; перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.	1	21.11	
30	Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.	1	23.11	
31	Броски мяча: Одной рукой в баскетбольный щит с места.	1	25.11	
32	Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.	1	28.11	
33	Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки	1	30.11	
34	Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.	1	02.12	
35	Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.	1	05.12	
36	Одной рукой в баскетбольную корзину с места.	1	07.12	
37	Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.	1	09.12	
38	В прыжке одной рукой с места	1	12.12	
39	Штрафной.	1	14.12	
40	Двумя руками снизу в движении.	1	16.12	Переносится на 19.12
41	В прыжке со средней дистанции.	1	19.12	
42	Вырывание мяча. Выбивание мяча.	1	21.12	
<b>2</b>	<b>Тактическая:</b>	<b>36</b>		
1	действия игрока в защите;	1	23.12	
2	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1	26.12	
3	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1	28.12	
4	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	1	30.12	
5	действия игрока в защите;	1	09.01.23г	
6	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	1	11.01	
7	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	1	13.01	

8	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	1	16.01	
9	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	1	18.01	
10	действия игрока в защите;	1	20.01	
11	Перехват мяча.	1	23.01	
12	Перехват мяча.	1	25.01	
13	Перехват мяча.	1	27.01	
14	действия игрока в защите;	1	30.01	
15	Борьба за мяч после отскока от щита.	1	01.02	
16	Борьба за мяч после отскока от щита.	1	03.02	
17	Борьба за мяч после отскока от щита.	1	06.02	
18	действия игрока в нападении;	1 1	08.02	
19	Борьба за мяч после отскока от щита.	1	10.02	
20	Быстрый прорыв.	1	13.02	
21	Быстрый прорыв.	1	15.02	
22	действия игрока в нападении; Быстрый прорыв.	1	17.02	
23	Быстрый прорыв.	1	20.02	
24	Быстрый прорыв.	1	22.02	
25	действия игрока в нападении; Быстрый прорыв.	1	27.02	
26	Командные действия в защите.	1	28.02	
27	Командные действия в защите.	1	28.02	
28	Командные действия в защите.	1	01.03	
29	Командные действия в защите.	1	03.03	
30	Командные действия в защите.	1	06.03	
31	Командные действия в нападении.	1	08.03	Переносится на 10.03
32	Командные действия в нападении.	1	10.03	
33	Командные действия в нападении.	1	13.03	
34	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	1	15.03	
35	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	1	17.03	
36	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	1	27.03	
<b>3</b>	<b>Физическая:</b>	<b>16</b>		

1	Общая физическая подготовка	1	29.03	
2	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками),	1	31.03	
3	Общая физическая подготовка на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат	1	03.04	
4	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками),	1	05.04	
5	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками),	1	07.04	
6	Эстафеты.	1	10.04	
7	Общая физическая подготовка на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат	1	12.04	
8	Подвижные игры	1	14.04	
9	Полосы препятствий.	1	17.04	
10	Специальная физическая подготовка	1	19.04	
11	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	1	21.04	
12	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	1	24.04	
13	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	1	26.04	
14	Специальная физическая подготовка	1	28.04	
15	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	1	01.05	Переносится на 3.05
16	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	1	03.05	
1	Участие в соревнованиях по баскетболу	10	05.05- 08.05 10.05 12.05 15.05 17.05 19.05 22.05	

			24.05 26.05	
<b>2</b>	<b>Судейство игр.</b>	<b>2</b>	<b>29.05 31.05</b>	
		<b>Итого:</b>	<b>108</b>	