

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
МБОУ «СОШ №18»

Полищук С.В. /Полищук С.В.
« 1 » сентября 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №18»

Слугина Е.Л. /Слугина Е.Л.
Приказ от 11.09.17 № 423



Рабочая учебная программа

секции «Баскетбол»

для обучающихся 5-11-х классов

МБОУ «СОШ №18»

Энгельсского муниципального района

Саратовской области

на 2017-2018 учебный год

Составитель:

учитель физической
культуры

МБОУ «СОШ №18»

Красильников С.Н.

Энгельс, 2017 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа кружка по баскетболу составлена для учащихся 5-8, 9-11 классов основной и средней общеобразовательной школы университетского обучения.

Повышение двигательной активности и закаливание организма являются основными компонентами регулярных занятий физической культурой и спортом, положительно влияющим на сохранение и укрепление здоровья ученика, снижении уровня заболеваемости.

Целью образовательной программы кружка по баскетболу является формирование физической культуры личности, т.е. устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психологических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с психологическими особенностями формирования личности средней и старшей школьный возраст является благоприятным периодом для включения учащихся в процесс саморазвития, на основе физической деятельности.

Программа спортивного кружка по баскетболу для учащихся 5-8, 9-11 классов ориентируется на решение следующих задач:

1. Укрепление здоровья, развитие основных двигательных качеств, повышение функциональных возможностей организма.
2. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности
3. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями, жизненно важными умениями и навыками.
4. Привлечение подростков к систематическим занятиям спортом.
5. Привлечение подростков систематическим занятиям спортом.
6. Воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности.

Структура и содержание программы.

Программа состоит из 3 разделов: теоретические знания, способы двигательной деятельности и физическое совершенствование. Раздел «Теоретические знания» включает в себя правила игры, судейство соревнований, гигиенические требования при занятиях физическими упражнениями в объеме 5 часов в год. Раздел «Способы физической деятельности» соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя такие темы, как «Организация и проведение занятий культурой». Основным содержанием этих тем является физической необходимых достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений. Раздел «Физическое совершенствование» ориентирован на гармоническое физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя следующие темы: «Общая физическая и специальная подготовка», «Технико-тактическая подготовка», «Соревновательная деятельность».

Тема «Общая физическая и специальная подготовка» ориентирована на повышение физической подготовленности учащихся и включает в себя информацию о средствах общей физической подготовки. Тема «Соревновательная деятельность» ориентирована на возрастные интересы учащихся к соревновательной деятельности и предполагает участие в соревнованиях различного уровня. Тема «Технико-тактическая подготовка» ориентирована на овладение учащимися техническими и тактическими навыками игровой деятельности.

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться словесным (диалог), наглядными (показ упражнения, демонстрация) методами. Для развития двигательных способностей используя следующие методы: метод слитного (непрерывного)

упражнения с нагрузкой умеренной переменной интенсивности, метод круговой тренировки, игровой метод, соревновательный метод, неопределенных усилий, строго регламентированного упражнения, повторный метод, вариативный метод. Формы организации деятельности учащихся на занятии: в вводно-подготовительной и заключительной частях – фронтальная, в основной – групповая и индивидуальная.

С целью построения эффективной системы педагогического контроля в учебно-тренировочном процессе по спортивным играм необходимы следующие методы:

- опрос в устной и письменной форме,
- демонстрации,
- наблюдения,
- упражнения,
- Комбинированный,
- практического выполнения,
- тестирования

Основное содержание программы осваивается учащимися на учебно-тренировочных занятиях, которые проводятся во вне учебное время.