Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3 Малышевского муниципального округа

Принята
педагогическим советом
протокол № 1 от 27.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МАОУ СОШ № 3
от 01.09.2026 года № 204/од

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Баскетбол

возраст: 9-10 лет

срок реализации: 1 год

руководитель: Шерстобитов Андрей Сергеевич

пгт. Малышева, 2026 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу «Баскетбол» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Нормативное обеспечение:

– Закон Российской Федерации «Об образовании»

– Концепция духовно-нравственного воспитания российских школьников.

– Федеральные государственные стандарты нового поколения.

– Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях. (Приложение к письму Минобразования России от 11 июня 2002 г. №30-51-433/16)

– Рабочая программа опирается на УМК:

– Примерная рабочая программа. Предметная линия учебников А.П. Матвеева 1- 4класс. Москва «Просвещение» 2019 год.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности по баскетболу в 3-4 классе рассчитана на 34 часа: 1 час в неделю, 34 учебных недели.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное
напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра БАСКЕТБОЛ, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качеств

Цель: Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Задачи:

1. *Образовательные:*

- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организациейпроведения соревнований;

- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

2. *Развивающие:*

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся,укреплять здоровье, закаливать организм;

- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки ипсихологические качества ребенка.
- Расширение спортивного кругозора детей.

3. *Воспитательные:*

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решатьпоставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиямфизкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся кпроведению спортивных мероприятий и праздников.

Условия набора.

Программа предназначена для детей 9-10 лет.
В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Реализации программы
Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.Количество часов в год 34 ч.

Наполняемость учебной группы по годам обучения
Минимальное количество обучающихся в группе 16 чел.Формы организации обучения:
- командная, малыми группами, индивидуальная.

Формы проведения занятий:
Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Ожидаемые результаты:

К моменту завершения программы обучающиеся должны :

Знать

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, городе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь

- Овладеть основными техническими приемами баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить вколлективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе,городу, стране.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 раза в год.

Тестирование проводят в начале учебно-тренировочного года – всентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и в

апреле – мае.

Календарно – тематическое планирование

	Название темы	Количество часов	Оборудование
1	Правила безопасности во время занятий. Ознакомление с двигательным режимом.	1	
2	Бросок и ловля баскетбольного мяча снизу наместе.	1	Баскетбольные мячи.
3	Бросок и ловля мяча снизу на месте. Игра «Пятнашки»	1	Баскетбольные мячи.
4	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Передачамяча в колоннах»	1	Баскетбольные мячи.
5	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай –поймай»	1	Баскетбольные мячи.
6	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	1	Баскетбольные мячи.
7	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	Баскетбольные мячи.
8	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча наместе. Эстафеты. Игра «Мяч соседу»	1	Баскетбольные мячи.
9	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал – садись»	1	Баскетбольные мячи.
10	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Гонкамячей по кругу»	1	Баскетбольные мячи.
11	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Мяч соседу»	1	Баскетбольные мячи.
12	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	Баскетбольные мячи.
13	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Игра «Передачамяча в колоннах»	1	Баскетбольные мячи.

14	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	1	Баскетбольные мячи.
15	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	Баскетбольные мячи.
16	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Пятнашки»	1	Баскетбольные мячи.
17	Ведение мяча в движении. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	Баскетбольные мячи.
18	Ведение мяча в движении. Игра «Третийлишний»	1	Баскетбольные мячи.
19	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал –садись»	1	Баскетбольные мячи.
20	Передачи мяча на месте. ОРУ. Эстафеты смячами	1	Баскетбольные мячи.
21	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Третий лишний»	1	Баскетбольные мячи.
22	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте ив движении. Игра «Пятнашки»	1	Баскетбольные мячи.
23	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	Баскетбольные мячи.
24	Подвижные игры. ОРУ. Развитие скоростныхспособностей	1	Баскетбольные мячи.
25	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ.	1	Баскетбольные мячи.
26	Броски мяча в кольцо. ОРУ.	1	Баскетбольные мячи.
27	Техника передачи мяча на месте	1	Баскетбольные мячи.
28	Совершенствование техники передачи мяча наместе	1	Баскетбольные мячи.
29	Техники ведения мяча на месте и в движении	1	Баскетбольные мячи.
30	Совершенствование техники владения мячомна месте и в движении. Игра в мини –	1	Баскетбольные мячи.

	баскетбол.		
31	Ловля и передача мяча на месте и в движении.Игра в мини – баскетбол.	1	Баскетбольные мячи.
32	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Игра вмини – баскетбол.	1	Баскетбольные мячи.
33	Игра в мини – баскетбол.	1	Баскетбольные мячи.
34	Игра в мини – баскетбол.	1	Баскетбольные мячи.

Обеспечение программы методической литературой

1. *Дидактические материалы:*

- Правила игры в баскетбол.
- Правила судейства в баскетболе.
- Регламент проведения баскетбольных турниров различных уровней.
- Положение о соревнованиях по баскетболу.

2. *Методические рекомендации:*

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по баскетболу.
- Инструкции по охране труда.

Материально-техническое обеспечение.

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.

Список литературы:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советскийспорт, 2004г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия.2004г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2010г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 1967.
8. Кудряшов В.П. Мирошникова, Т.И.Физическая подготовка юныхбаскетболистов – Минск, 1970.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М.,ФиС, 1999.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 200523250422570846648379541552773099575579350045

Владелец Самихова Елена Ивановна

Действителен С 14.09.2026 по 14.09.2027