

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Каштановская средняя общеобразовательная школа
имени Цыганка Николая Алексеевича»
Бахчисарайского района Республики Крым**

РАССМОТРЕНО на заседании ШМО Руководитель ШМО Подпись <u><i>Горбунова</i></u> Горбунова А.В. Протокол № <u>5</u> от « <u>26</u> » <u>08</u> 2026 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР Подпись <u><i>А.Ф. Топалэ</i></u> Топалэ А.Ф. « <u>27</u> » <u>08</u> 2026 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор Подпись <u><i>Филиппова В.Х.</i></u> Филиппова В.Х. Приказ № <u>178</u> от « <u>28</u> » <u>08</u> 2026 г.
---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Баскетбол»
6 класс
НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД**

КЛАСС 6

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: в неделю 1 час, всего за год 33 часа

УЧИТЕЛЬ Горбунова Александра Викторовна

с. Каштаны, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Пояснительная записка к программе по внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности « Баскетбол» для 6 классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и авторской программы внеурочной деятельности «Баскетбол» Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., 2013г. Рабочая программа соответствует требованиям и положениям.

Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «Баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Основными задачами для курса являются:

1. Формировать у детей интерес к спорту.
2. Уметь играть по правилам.
3. Учить бережно относиться к своему здоровью и здоровью других.
4. Развивать скоростно-силовых качеств, ловкость, уважение к товарищам.

Данная программа ориентирована на детей 6 класса общеобразовательной школы.

34 часа из расчёта 1 занятие в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

Основы знаний

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.

Передвижения и остановки без мяча

Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений

Остановки: двумя шагами, прыжком

Прыжки, повороты вперед, назад

Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)

Ловля мяча

Ловля мяча:

- двумя руками на уровне груди;
- двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)

Передача мяча:

- Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении
- Передача мяча одной рукой от плеча
- Передача мяча двумя руками сверху

Ведение мяча

- Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)
- Ведение мяча с изменением скорости передвижения
- Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)
- Ведение мяча в движении с переводом на другую руку
- Ведение мяча с изменением направления движения
- Ведение мяча с обводкой препятствий

Броски мяча

- Бросок мяча двумя руками от груди с места

- Бросок мяча одной рукой от плеча с места
- Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения
- Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке
- Штрафной бросок

Отбор мяча

- Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении
- Вырывание мяча из рук соперника
- Накрывание мяча при броске

Отвлекающие приемы (финты)

- Финты без мяча
- Финты с мячом

Тактика игры

Индивидуальные действия в нападении и защите

Групповые действия в нападении и защите:

- взаимодействие двух игроков;
- взаимодействие двух нападающих против одного защитника(2Х1);
- взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2Х2)
- взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;
- взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3Х2);
- взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»);
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка»);
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо

Сочетание приемов с броском мяча в кольцо

Подвижные игры и эстафеты

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Физическая подготовка

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей,

выносливости, гибкости

Судейская практика

Судейство игры в баскетбол

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; – уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся *должны:*

знать

- ☐ значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий по баскетболу;
- ☐ название разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- ☐ наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- ☐ упражнения на развитие физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- ☐ контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценивания физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их

выполнения;

- ☐ основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- ☐ жесты баскетбольного судьи;
- ☐ игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

уметь

- ☐ соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по баскетболу;
- ☐ выполнять технические приемы и тактические действия;
- ☐ контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по баскетболу; играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- ☐ демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- ☐ проводить судейство по баскетболу.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Теоретические сведения	2
2	Баскетбол. Техническая подготовка	8
3	Общefизическая подготовка	10
4	Специально физическая подготовка	5
5	Подвижные и спортивные игры	8
6	Контрольные испытания	1
Всего		34

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
1	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	07.09	
2	Совершенствование техники передвижения при нападении.	14.09	
3	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	21.09	
4	Контрольные испытания. Учебная игра.	28.09	
5	Техника передвижения приставными шагами.	05.10	
6	Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	12.10	
7	Совершенствование техники передвижений. СФП.	19.10	
8	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	09.11	
9	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	16.11	
10	Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	23.11	
11	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	30.11	
12	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	07.12	
13	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	14.12	
14	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения.	21.12	
15	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	28.12	
16	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	11.01	
17	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	18.01	
18	ОФП. Командные действия в нападении.	25.01	
19	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	01.02	
20	Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП	08.02	
21	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	15.02	
22	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	01.03	

23	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	15.03	
24	ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	22.03	
25	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.	05.04	
26	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	12.04	
27	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	19.04	
28	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	26.04	
29	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	24.05	
30	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.		
31	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.		
32	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.		
33	Контрольные испытания. Учебная игра.		
34	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.		

ЛИСТ КОРРЕКЦИИ

Четверть	Количество проведенных уроков в соответствии с КТП		Причина несоответствия	Корректирующие мероприятия	Даты уроков повторения	Итого проведенных уроков
	По плану	По факту				
1 четверть						
2 четверть						
3 четверть						
4 четверть						
Итого за учебный год						

Выводы о выполнении программы: