

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «СОШ №4»
Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан

«Рассмотрено»

на заседании ЦМО
Руководитель Исмаилов

Ф.М.Шакирзянова

Протокол № 1 от

«26» августа 2022 г.

«Согласовано»

Заместитель директора
школы по УР

И.Н. Парфенова

«29» августа 2022 г.



«Утверждено»

Директор

С.Б. Любина

«31» августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по баскетболу

Шакирзянова Фирдауса Мухаметгараевна.

2022 / 2023 учебный год

Пояснительная записка.

Программа составлена на основе типовой программы и рекомендаций, разработанных специалистами в области физической культуры, нормативных документов Министерства образования РФ и адаптирована к конкретным условиям функционирования группы. Рабочая программа включает пояснительную записку, учебно-тематические планы работы на год. В пояснительной записке определены цели и задачи работы секции баскетбола, методы диагностики результатов учебно-тренировочного процесса и список использованной литературы. Программа предназначена для подростков 11-17 лет, обучаемых в группах начальной подготовки. При наличии достаточного уровня подготовки учащиеся могут совершенствоваться в учебно-тренировочных группах. Рекомендуется заниматься в секции баскетбола всем желающим при согласии родителей и наличии разрешения врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта. Количество занимающихся не менее 15 человек. Продолжительность занятий - 2 час в неделю. Форма занятий – групповая.

Цели работы секции.

- 1.Повышение уровня физического развития.
- 2.Совершенствование навыков и умений.
3. Подготовка резерва в сборную команду школы по баскетболу.

Задачи:

- 1.Укрепление здоровья учащихся.
- 2.Развитие общих и специальных физических качеств.
- 3.Воспитание морально-волевых качеств

Методическое обеспечение программы.

Подготовка юного баскетболиста осуществляется путем обучения тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно общефизической, специальной, технической, тактической и морально-волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е оптимального и сбалансированного развития физических качеств. Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса, метод максимальности и постепенности повышения требований, метод