РАСМОТРЕНО
Зам.по.ВР
_____
«4» сентября 2023г

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____
«4» сентября 2023г

Календарный план

Спортивного кружка «Баскетбол»

КГУ «Общеобразовательная школа села Лозовое отдела образования по Жаксынскому району управления образования Акмолинской области»

на 2023– 2024 учебный год

Руководитель: Папаев Владимир Александрович

2023 – 2024 уч.год

Пояснительная записка

В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Данная программа обеспечит направление дополнительного физкультурного образования учащихся общеобразовательного учреждения с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

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 своей работе ориентируюсь на единство всех форм системы физического воспитания школьников: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

Цель обучения:

1. Целенаправленная подготовка учащихся;

привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

подготовка и выполнение программных требований по физической, технической, тактической, теоретической подготовке;

подготовка общественных физкультурных организаторов (инструкторов и судей) по баскетболу для школьных коллективов и активных помощников.

2. Овладение техникой и тактикой игры.

Задачи обучения:

Укрепление здоровья содействие правильному разностороннему физическому развитию.

Укрепление спортивно- двигательного аппарата.

Развитие скоростной выносливости, спортивно-силовых качеств силы.

4. Обучение основам техники перемещений и стоек, передачи и ловля мяча броски мяча, ведение мяча.

5. Начальное обучение простейшим тактическим и техническим действиям в нападении и защите.

Привитие спортивного интереса к соревнованиям.

Подготовка к выполнению к сдаче нормативных требований по видам подготовки.

Календарно-тематическое планирование по кружку «Баскетбол»

№	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения
1	Техника безопасности во время тренировки. История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола	2	01. 09, 07. 09.
2	Передвижение бегом. Приставные шаги. Остановка прыжком в два шага. Ведение мяча по прямой с изменением направления и скорости. Подвижные игры.	2	08. 09. 14. 09.
3	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Подвижные игры.	2	15.09. 21. 09.
4	Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении. Подвижные игры.	2	22. 09. 28. 09.
5	Стойка игрока. Ловля и передача мяча в парах на месте. Учебная игра в баскетбол.	2	29. 09. 05. 10.
6	Перемещение в стойке боком, лицом. Передача мяча одной рукой от плеча. Передача мяча двумя рука ми от груди. Учебная игра в баскетбол.	2	06. 10. 12. 10.
7	Передача мяча снизу одной рукой на месте, передача мяча одной рукой от плеча по высокой траектории с места, а затем в движении. Учебная игра в баскетбол.	2	13. 10. 19. 10.
8	Передача мяча от груди в тройках двумя руками в движении по восьмерки, бросок от груди, бросок снизу двумя руками. Правила соревнований. Жесты судей. Учебная игра в баскетбол.	2	20. 10 26. 10.
9	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. Учебная игра в баскетбол.	2	27. 10. 09. 11.
10	Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой при передвижениях игроков в парах и тройках. Учебно-тренировочная игра.	2	10. 11 16. 11
11	Ловля высоколетящих мячей в прыжке, на месте, в движении. Учебная игра в баскетбол.	2	17. 11 23. 11
12	Ловля и передача мяча двумя руками в движении - используя три шага. Учебно- тренировочная игра.	2	24. 11 30. 11
13	Передача мяча на месте с отскоком от пола и ловля мяча. Учебно- тренировочная игра.	2	01. 12 07. 12
14	Передача и ловля мяча при встречном движении и с отскоком от пола. Учебная игра в баскетбол.	2	08. 12 14. 12
15	Броски в корзину от головы. Учебная игра в баскетбол.	2	15. 12 21. 12.
16	Ловля и передача мяча в парах в движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра в баскетбол.	2	22. 12. 28. 12.
17	Остановка двумя шагами и прыжком. Броски в корзину в прыжке с дальней и средней дистанции. Учебная игра в	2	11. 01. 18. 01.

	баскетбол.		
18	Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра в баскетбол.	2	12. 01. 18. 01.
19	Остановка двумя шагами и прыжком. Бросок мяча одной рукой в прыжке с поворотом до 180 градусов. Учебная игра в баскетбол.	2	19.01. 25.01.
20	Ловля и передача в парах, тройках на месте и в движении. Подвижные игры. Учебная игра в баскетбол.	2	26. 01. 01. 02.
21	Опорные прыжки с мостика. Метание мячей в движущуюся цель. Учебная игра в баскетбол.	2	02. 02 08. 02.
22	Эстафета баскетболистов. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Учебная игра в баскетбол.	2	09. 02. 15. 02
23	Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Учебная игра в баскетбол.	2	16. 02 22. 02.
24	Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Учебная игра в баскетбол.	2	23. 02 29. 02
25	Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Учебная игра в баскетбол.	2	01. 03 07. 03
26	Обводка противника способом прикрывания мяча корпусом. Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.	2	08. 03 14. 03
27	Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом.	2	15. 03. 21. 03
28	Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Учебная игра в баскетбол	2	04. 04. 05. 04
29	Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Командные защитные действия. Персональная опека игрока. Учебная игра в баскетбол	2	11. 04 12. 04
30	Индивидуальные действия, выход на свободное место с целью атаки и получения мяча. Выбор способа ловли мяча. Учебная игра в баскетбол	2	18. 04 19. 04
31	Выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Учебная игра в баскетбол	2	25. 04 26. 04
32	Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. Учебная игра в баскетбол	2	02. 05 03. 05
33	Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий. Прием контрольных нормативов по ОФП.	2	09. 05 10. 05 16. 05
34	Учебно-тренировочная игра	2	17. 05 23. 05.

Лозовое ауылының ЖОББМ
Спорт секциялары туралы ақпарат

РАСМОТРЕНО
Зам.по.ВР
_____
«4»сентября 2023г

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____
«4» сентября 2023г

Календарный план

Спортивного кружка «Футбол»

КГУ «Общеобразовательная школа села Лозовое отдела образования по Жаксынскому району управления образования Акмолинской области»

на2023– 2024 учебный год

Руководитель: Папаев Владимир Александрович

2023-2024уч.год

Пояснительная записка

Рабочая программа по футболу является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения.

Цели и задачи

Игра в мини-футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Основными **задачами** программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

Содержание рабочей программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1

часу в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

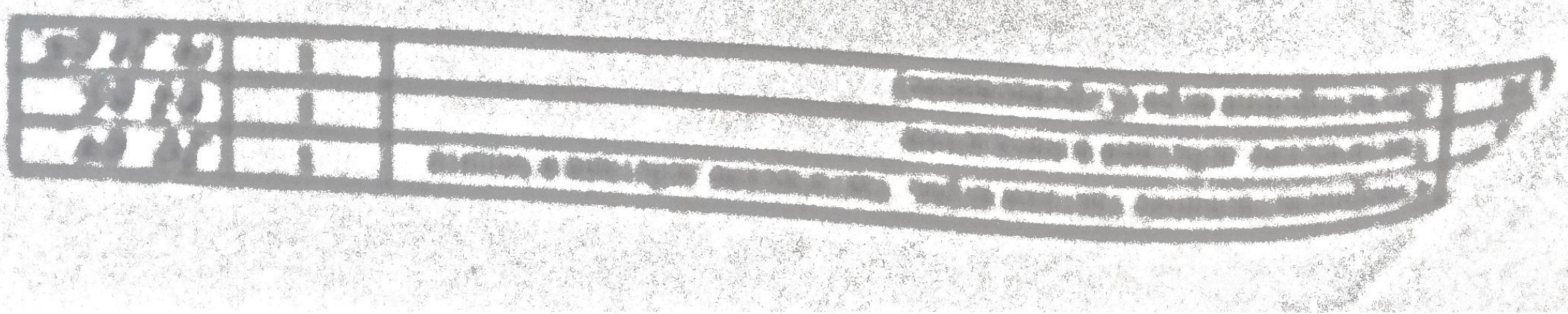
Нормативы

по физической и технической подготовке

Упражнения	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
Бег 30м (сек)	5,3	5,1	4,9	4,7	46	4,4
Бег 400м (сек)				67,0	65,0	64,0
6-минутный бег (м)			1400	1500		
Прыжок в длину с/м (см)	160	170	180	200	220	225
Бег 30м с ведением мяча (сек)	6,4	6,2	6,0	5,8	5,4	5,2
Бег 5х30м с ведением мяча (сек)				30,0	28,0	27,0
Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м)			45	55	65	75
Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	6	7	8	6	7	8
Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)				10,0	9,5	9,0
Жонглирование мячом (кол-во раз)	8	10	12	20	25	
Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)				30	34	38
Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)				45	50	55
Бросок мяча на дальность (м)				20	24	26

Календарно-тематическое планирование по кружку «Футбол»

№	Содержание материала	Кол-во часов	Дата проведения
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	1	05. 09
2	Основные правила игры в футбол	1	12. 09
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	1	19. 09
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	26. 09
5	Ведение мяча	1	03. 10.
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1	10. 10.
7	Удар носком	1	17. 10.
8	Удар серединой лба на месте	1	24. 10.
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	07. 11.
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	1	14. 11.
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	21. 11.
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	28. 11.
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	05. 12
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	12. 12.
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	19. 12.
16	Обманные движения (финты)	1	26. 12.
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	1	09. 01.
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	16. 01.
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	23. 01.
20	Резаные удары	1	30. 01.
21	Удар по мячу серединой лба	1	06. 02.
22	Удар боковой частью лба	1	13. 02.
23	Остановка катящегося мяча подошвой	1	20. 02.
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1	27. 02.
25	Остановка мяча грудью	1	05. 03.
26	Совершенствование техники ведения мяча	1	12. 03.
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	1	19. 03.
28	Отбор мяча подкатом	1	02. 04.
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	1	09. 04.
30	Финт ударом	1	16. 04.
31	Финт остановкой	1	23. 04



	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите		
33	Тактические действия в нападении	1	30. 04.
34	Двухсторонняя игра (Соревнование)	1	07. 05.
		1	14-21. 05.

Список занимающихся детей

№	Ф.И.О.	Пол	Класс
1	ТокеновЖанарыс	Муж	4 «А»
2	АдильбековАдильжан	Муж	4 «А»
3	ҚайыргелдіМұхит	Муж	4 «А»
4	ШағбанЕрасыл	Муж	4 «А»
5	ШаймерденовДастан	Муж	4 «Б»
6	СерікпайЖанқылыш	Муж	4 «Б»
7	Кирпа Артем	Муж	5 «Б»
8	Куксаус Сергей	Муж	5 «Б»
9	Андрусенко Владислав	Муж	5 «Б»
10	Ракович Денис	Муж	6 «Б»
11	Буховец Анатолий	Муж	7 «Б»
12	СансызбаевАнуар	Муж	7 «Б»
13	Ефименко Дмитрий	Муж	7 «Б»

Руководитель кружка: Папаев В.А.

Список занимающихся детей

№	Ф.И.О.	Пол	Класс
1	ТокеновЖанарыс	Муж	4 «А»
2	АдильбековАдильжан	Муж	4 «А»
3	ҚайыргелдіМұхит	Муж	4 «А»
4	ШағбанЕрасыл	Муж	4 «А»
5	ШаймерденовДастан	Муж	4 «Б»
6	СерікпайЖанқылыш	Муж	4 «Б»
7	Кирпа Артем	Муж	5 «Б»
8	Куксаус Сергей	Муж	5 «Б»
9	Андрусенко Владислав	Муж	5 «Б»
10	Ракович Денис	Муж	6 «Б»
11	Буховец Анатолий	Муж	7 «Б»
12	СансызбаевАнуар	Муж	7 «Б»
13	Ефименко Дмитрий	Муж	7 «Б»

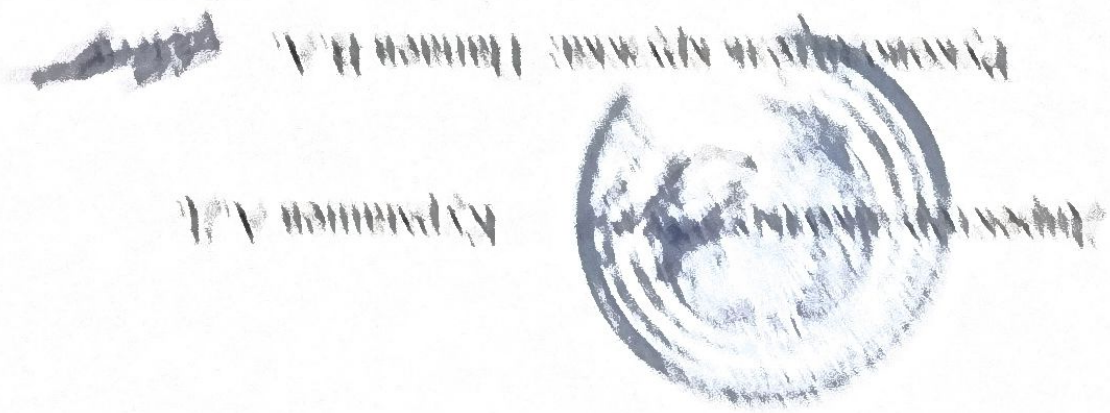
Руководитель кружка: Папаев В.А.

КГУ «Общеобразовательная школа села Лозовое»
Список занимающихся детей по футболу

№	Ф.И.О.	Пол	Класс
1	Токенов Жанарыс	Муж	4 «А»
2	Адильбеков Адильжан	Муж	4 «А»
3	Қайыргелді Мұхит	Муж	4 «А»
4	Шағбан Ерасыл	Муж	4 «А»
5	Шаймерденов Дастан	Муж	4 «Б»
6	Серікпай Жанқылыш	Муж	4 «Б»
7	Кирпа Артем	Муж	5 «Б»
8	Куксаус Сергей	Муж	5 «Б»
9	Андрусенко Владислав	Муж	5 «Б»
10	Ракович Денис	Муж	6 «Б»
11	Буховец Анатолий	Муж	7 «Б»
12	Сансызбаев Ануар	Муж	7 «Б»
13	Ефименко Дмитрий	Муж	7 «Б»

Директор школы: Курмашев А.Д.

Руководитель кружка: Папаев В.А.



КГУ «Общеобразовательная школа села Лозовое»
Список занимающихся детей по баскетболу

№	Ф.И.О.	пол	Класс
1	Серикбай Ғалымжан	муж	8 «А»
2	СерікбайЖансая	жен	8 «А»
3	Святненко Станислав	муж	8 «Б»
4	Шияпова Камила	жен	8 «Б»
5	Громов Максим	муж	8 «Б»
6	ӘділбекНұрғиса	муж	9 «А»
7	МаксумбаеваГүлдана	жен	9 «А»
8	Амантаева Томирис	жен	9 «Б»
9	Громова Виктория	жен	9 «Б»
10	Зайцев Владислав	муж	9 «Б»
11	Караиван Вадим	муж	9 «Б»
12	Курмашев Мансур	муж	9 «Б»
13	Бекпаев Нурсултан	муж	10 «А»
14	Джетекенов Нурсултан	муж	10 «А»

Директор школы: Курмашев А.Д.

Руководитель кружка: Папаев В.А.