

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 28**

---

620089 г. Екатеринбург, улица Луганская, 1  
тел.(факс) (343) 266-61-51, 266-59-54  
[soch28@eduekb.ru](mailto:soch28@eduekb.ru); школа28.екатеринбург.рф

**ПРИНЯТО**  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
И.о. директора MAOY COШ № 28

\_\_\_\_\_ М.Ю. Старикова  
введено в действие приказом  
директора  
Приказ № 01-02/92 от 29.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**«БАСКЕТ - КОМПАНИ»**  
(к дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе  
физкультурно-спортивной направленности  
«Баскет - компани»)

Срок реализации – 2024-2025 учебный год

Педагог дополнительного образования Лаптев В.А.

г. Екатеринбург, 2024 **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа «Баскет - компани» разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскет - компани», которая ставит своей целью - *создание условий для удовлетворения потребности ребенка в двигательной активности через занятия баскетболом, формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков*, адресована обучающимся 7-18 лет и рассчитана на срок обучения 1 год.

В 2024-2025 учебном году по программе обучаются дети:

- 7-18 лет, 1-й год обучения, общий объем часов –152.

**Цель 1-го года обучения** – осознание обучающимися своих физических возможностей и пробуждение интереса к занятию баскетболом.

**Задачи 1-го года обучения:**

- познакомить с основными отличительными характеристиками спортивных и подвижных игр, их понятиями и правилами;
- укрепить опорно-двигательный аппарат, развить быстроту, гибкость, силу, выносливость, ловкость;
- познакомить с историей развития баскетбола;
- сформировать навык работы в команде;
- приобщить к ценностям здорового образа жизни.

Количество групп 1-го года обучения – 3.

Количество обучающихся в группе:

1 группа – 15 человек;

2 группа – 15 человек;

3 группа – 15 человек.

Занятия в группах 1 года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (итого – 4 часа, итого на 3 группы- 12 часов).

В соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой каждое занятие для группы 1 года обучения состоит из теоретической части (20 часов в год) и практической части (132 часа в год).

Ведущие методы работы:

- тренировки по общей и специальной физической подготовке (занятия на воздухе, игры, эстафеты);
- теоретические занятия в форме бесед, дискуссий, тестов;
- соревновательные игры и эстафеты;
- участия в соревнованиях различного уровня.

Участие в соревнованиях различного уровня является неотъемлемой частью учебного процесса.

Формы организации процесса обучения:

1. Комбинированное занятие (объяснение, демонстрация информации в форме рассказа, опрос в форме беседы, диалога, выполнение практических заданий).

2. Практическое занятие (индивидуальная и групповая работа, выполнение практических упражнений, заданий).

3. Открытые занятия, участие в спортивных мероприятиях различного уровня.

Текущая и промежуточная аттестация осуществляется в следующих формах:

- контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке;
- участие в соревнованиях;
- наблюдение;
- опрос по пройденному теоретическому материалу;
- выполнение практических упражнений.

Текущая аттестация проводится в период с 25.12.2024 по 31.12.2024.

Промежуточная аттестация проводится в период с 20.05.2025 по 25.05.2025.

**Планируемые результаты освоения курса 1-го года обучения:**

***Личностные:***

– принятие норм здорового образа жизни, позитивного общения друг с другом;

– сформированность таких качеств как дисциплинированность и активность;

- чувство коллективизма

***Метапредметные:***

– развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– умение понимать причины успеха или неуспеха, самостоятельно работать над достижением положительного результата; владение основами самооценки;

– умение планировать свое свободное время;

***Предметные:***

– владение информацией по истории развития спорта;

– умение выполнять элементарные и более сложные тренировочные упражнения с мячом;

– умение грамотно распределять физические нагрузки;

– знание основных приемов профилактики специфического травматизма;

– повышение физических показателей и адаптивных возможностей организма;

- улучшение координации движений, быстроты реакции и ловкости.

Особенностями организации образовательного процесса в текущем учебном году являются следующие:

- изменение количества занятий, объединение тем в связи с праздничными, нерабочими и неучебными датами.

**Календарно-тематический план  
группа № 1 (четверг, суббота)**

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

№п/п	Дата	Тема	Форма занятия	Кол-во часов	Форма/методы контроля
1.	05.09.2024	Вводное занятие	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
2.	07.09.2024	Личная гигиена и правила самоконтроля		2	
3.	12.09.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
4.	14.09.2024			2	
5.	16.09.2024	Личная гигиена и правила самоконтроля	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
6.	21.09.2024	Общеразвивающие упражнения		2	
7.	23.09.2024	Эстафеты и игровые взаимодействия	Практическое занятие	2	Наблюдение
8.	28.09.2024			2	
9.	30.09.2024	Развитие быстроты движений баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
10.	05.10.2024			2	
11.	07.10.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
12.	12.10.2024	Подвижные игры		2	
13.	14.10.2024	Эстафеты и игровые взаимодействия	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
14.	19.10.2024			2	
15.	21.10.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
16.	26.10.2024			2	
17.	28.10.2024	Развитие быстроты движений баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
18.	02.11.2024			2	Наблюдение
19.	09.11.2024	Имитационные упражнения без мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
20.				2	Наблюдение
21.	11.11.2024	Подвижные игры	Практическое занятие	2	Наблюдение
22.	16.11.2024	Действия игрока в защите		2	Наблюдение
23.	18.11.2024	Действия игрока в защите	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
24.	23.11.2024			2	Наблюдение
25.	25.11.2024	Подвижные игры	Комбинирован	2	Наблюдение

26.	30.11.2024		ное занятие	2	Наблюдение
27.	02.12.2024	Развитие специальной выносливости баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
28.	07.12.2024			2	Наблюдение
29.	09.12.2024	Действия игрока в защите	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
30.	14.12.2024			2	Наблюдение
31.	16.12.2024	Имитационные упражнения без мяча	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
32.	21.12.2024			2	Наблюдение
33.	23.12.2024	Подвижные игры	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
34.	28.12.2024			2	Наблюдение
35.	30.12.2024	Текущая аттестация	Комбинированное занятие	2	Опрос
36.				2	Опрос
37.	11.01.2025	Эстафеты и игровые взаимодействия	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
38.	13.01.2025			2	Наблюдение
39.	18.01.2025	Развитие специальной выносливости баскетболиста	Практическое занятие	2	Наблюдение
40.	20.01.2025			2	Наблюдение
41.	25.01.2025	Ловля и передача мяча	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
42.	27.01.2025			2	Наблюдение
43.	01.02.2025	Действия игрока в защите	Практическое занятие	2	Наблюдение
44.	03.02.2025			2	Наблюдение
45.	08.02.2025	Ведение мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
46.	10.02.2025			2	Наблюдение
47.	15.02.2025	Развитие скоростно-силовых качеств баскетболиста	Практическое занятие	2	Наблюдение
48.	17.02.2025			2	Наблюдение
49.	22.02.2025	Ведение мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
50.	24.02.2025			2	Наблюдение
51.	29.02.2025	Броски мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
52.	02.03.2025			2	Наблюдение
53.	07.03.2025	Ловля и передача мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
54.	09.03.2025			2	Наблюдение
55.	14.03.2025	Действия игрока в нападении	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
56.	16.03.2025			2	Наблюдение
57.	21.03.2025	Участие в	Комбинирован	2	Наблюдение

58.	23.03.2025	соревнованиях	ное занятие	2	Наблюдение
59.	28.03.2025	Действия игрока в нападении	Практическое занятие	2	Наблюдение
60.	30.03.2025			2	Наблюдение
61.	04.04.2025	Броски мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
62.	06.04.2025			2	Наблюдение
63.	11.04.2025	Действия игрока в нападении	Практическое занятие	2	Наблюдение
64.	13.04.2025			2	Наблюдение
65.	18.04.2025	Действия игрока в защите	Практическое занятие	2	Наблюдение
66.	20.04.2025	Действия игрока в нападении		2	Наблюдение
67.	25.04.2025	Участие в соревнованиях	Практическое занятие	2	Наблюдение
68.	27.04.2025			2	Наблюдение
69.	02.05.2025	Разбор ошибок игры	Практическое занятие	2	Наблюдение
70.	04.05.2025	Действия игрока в нападении		2	Наблюдение
71.	11.05.2025	Участие в соревнованиях	Практическое занятие	2	Наблюдение
72.				2	Наблюдение
73.	16.05.2025	Итоговая аттестация	Сдача нормативов, выполнение практических упражнений	2	Опрос по пройденному теоретическому материалу, наблюдение
74.	18.05.2025			2	Опрос по пройденному теоретическому материалу, наблюдение
75.	23.05.2025	Разбор ошибок игры	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
76.	25.05.2025	Заключительное занятие		2	Наблюдение

**Календарно-тематический план  
группа № 2 (вторник, пятница)**

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

№п/п	Дата	Тема	Форма занятия	Кол-во часов	Форма/методы контроля
1.	03.09.2024	Вводное занятие	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
2.	06.09.2024	Личная гигиена и правила самоконтроля		2	
3.	08.09.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
4.	12.09.2024			2	
5.	15.09.2024	Личная гигиена и правила самоконтроля	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
6.	19.09.2024	Общеразвивающие упражнения		2	
7.	22.09.2024	Эстафеты и игровые взаимодействия	Практическое занятие	2	Наблюдение
8.	26.09.2024			2	
9.	29.09.2024	Развитие быстроты движений баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
10.	03.10.2024			2	
11.	06.10.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
12.	10.10.2024	Подвижные игры		2	
13.	13.10.2024	Эстафеты и игровые взаимодействия	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
14.	17.10.2024			2	
15.	20.10.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
16.	24.10.2024			2	
17.	27.10.2024	Развитие быстроты движений баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
18.	31.10.2024			2	Наблюдение
19.	03.11.2024	Имитационные упражнения без мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
20.	07.11.2024			2	Наблюдение
21.	10.11.2024	Подвижные игры	Практическое занятие	2	Наблюдение
22.	14.11.2024	Действия игрока в защите		2	Наблюдение
23.	17.11.2024	Действия игрока в защите	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
24.	21.11.2024			2	Наблюдение
25.	24.11.2024	Подвижные игры	Комбинирован	2	Наблюдение

26.	28.11.2024		ное занятие	2	Наблюдение
27.	01.12.2024	Развитие специальной выносливости баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
28.	05.12.2024			2	Наблюдение
29.	08.12.2024	Действия игрока в защите	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
30.	12.12.2024			2	Наблюдение
31.	15.12.2024	Имитационные упражнения без мяча	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
32.	19.12.2024			2	Наблюдение
33.	22.12.2024	Подвижные игры	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
34.	26.12.2024			2	Наблюдение
35.	29.12.2024	Текущая аттестация	Комбинированное занятие	2	Опрос
36.				2	Опрос
37.	09.01.2025	Эстафеты и игровые взаимодействия	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
38.	12.01.2025			2	Наблюдение
39.	16.01.2025	Развитие специальной выносливости баскетболиста	Практическое занятие	2	Наблюдение
40.	19.01.2025			2	Наблюдение
41.	23.01.2025	Ловля и передача мяча	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
42.	26.01.2025			2	Наблюдение
43.	30.01.2025	Действия игрока в защите	Практическое занятие	2	Наблюдение
44.	02.02.2025			2	Наблюдение
45.	06.02.2025	Ведение мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
46.	09.02.2025			2	Наблюдение
47.	13.02.2025	Развитие скоростно-силовых качеств баскетболиста	Практическое занятие	2	Наблюдение
48.	16.02.2025			2	Наблюдение
49.	20.02.2025	Ведение мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
50.				2	Наблюдение
51.	27.02.2025	Броски мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
52.	01.03.2025			2	Наблюдение
53.	05.03.2025	Ловля и передача мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
54.				2	Наблюдение
55.	12.03.2025	Действия игрока в нападении	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
56.	15.03.2025			2	Наблюдение
57.	19.03.2025	Участие в	Комбинирован	2	Наблюдение

58.	22.03.2025	соревнованиях	ное занятие	2	Наблюдение
59.	26.03.2025	Действия игрока в нападении	Практическое занятие	2	Наблюдение
60.	29.03.2025			2	Наблюдение
61.	02.04.2025	Броски мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
62.	05.04.2025			2	Наблюдение
63.	09.04.2025	Действия игрока в нападении	Практическое занятие	2	Наблюдение
64.	12.04.2025			2	Наблюдение
65.	16.04.2025	Действия игрока в защите	Практическое занятие	2	Наблюдение
66.	19.04.2025	Действия игрока в нападении		2	Наблюдение
67.	23.04.2025	Участие в соревнованиях	Практическое занятие	2	Наблюдение
68.	26.04.2025			2	Наблюдение
69.	30.04.2025	Разбор ошибок игры	Практическое занятие	2	Наблюдение
70.	03.05.2025	Действия игрока в нападении		2	Наблюдение
71.	07.05.2025	Участие в соревнованиях	Практическое занятие	2	Наблюдение
72.				2	Наблюдение
73.	14.05.2025	Итоговая аттестация	Сдача нормативов, выполнение практических упражнений	2	Опрос по пройденному теоретическому материалу, наблюдение
74.	17.05.2025			2	Опрос по пройденному теоретическому материалу, наблюдение
75.	21.05.2025	Разбор ошибок игры	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
76.	24.05.2025	Заключительное занятие		2	Наблюдение

**Календарно-тематический план  
группа № 3 (среда, пятница)**

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

№п/п	Дата	Тема	Форма занятия	Кол-во часов	Форма/методы контроля
1.	03.09.2024	Вводное занятие	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
2.	06.09.2024	Личная гигиена и правила самоконтроля		2	
3.	08.09.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
4.	12.09.2024			2	
5.	15.09.2024	Личная гигиена и правила самоконтроля	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
6.	19.09.2024	Общеразвивающие упражнения		2	
7.	22.09.2024	Эстафеты и игровые взаимодействия	Практическое занятие	2	Наблюдение
8.	26.09.2024			2	
9.	29.09.2024	Развитие быстроты движений баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
10.	03.10.2024			2	
11.	06.10.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
12.	10.10.2024	Подвижные игры		2	
13.	13.10.2024	Эстафеты и игровые взаимодействия	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
14.	17.10.2024			2	
15.	20.10.2024	Общеразвивающие упражнения	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
16.	24.10.2024			2	
17.	27.10.2024	Развитие быстроты движений баскетболиста	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
18.	31.10.2024			2	Наблюдение
19.	03.11.2024	Имитационные упражнения без мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
20.	07.11.2024			2	Наблюдение
21.	10.11.2024	Подвижные игры	Практическое занятие	2	Наблюдение
22.	14.11.2024	Действия игрока в защите		2	Наблюдение
23.	17.11.2024	Действия игрока в защите	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
24.	21.11.2024			2	Наблюдение
25.	24.11.2024	Подвижные игры	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
26.	28.11.2024			2	Наблюдение
27.	01.12.2024	Развитие	Комбинирован	2	Наблюдение

28.	05.12.2024	специальной выносливости баскетболиста	ное занятие	2	Наблюдение
29.	08.12.2024	Действия игрока в защите	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
30.	12.12.2024			2	Наблюдение
31.	15.12.2024	Имитационные упражнения без мяча	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
32.	19.12.2024			2	Наблюдение
33.	22.12.2024	Подвижные игры	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
34.	26.12.2024			2	Наблюдение
35.	29.12.2024	Текущая аттестация	Комбинированное занятие	2	Опрос
36.	09.01.2025			2	Опрос
37.	12.01.2025	Эстафеты и игровые взаимодействия	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
38.	16.01.2025			2	Наблюдение
39.	19.01.2025	Развитие специальной выносливости баскетболиста	Практическое занятие	2	Наблюдение
40.	23.01.2025			2	Наблюдение
41.	26.01.2025	Ловля и передача мяча	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
42.	30.01.2025			2	Наблюдение
43.	02.02.2025	Действия игрока в защите	Практическое занятие	2	Наблюдение
44.	06.02.2025			2	Наблюдение
45.	09.02.2025	Ведение мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
46.	13.02.2025			2	Наблюдение
47.	16.02.2025	Развитие скоростно-силовых качеств баскетболиста	Практическое занятие	2	Наблюдение
48.	20.02.2025			2	Наблюдение
49.	27.02.2025	Ведение мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
50.	01.03.2025			2	Наблюдение
51.	05.03.2025	Броски мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
52.	12.03.2025			2	Наблюдение
53.	15.03.2025	Ловля и передача мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
54.	19.03.2025			2	Наблюдение
55.	22.03.2025	Действия игрока в нападении	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
56.	26.03.2025			2	Наблюдение
57.	29.03.2025	Участие в соревнованиях	Комбинированное занятие	2	Наблюдение
58.	02.04.2025			2	Наблюдение
59.	05.04.2025	Действия игрока в	Практическое	2	Наблюдение

60.	09.04.2025	нападении	занятие	2	Наблюдение
61.	12.04.2025	Броски мяча	Практическое занятие	2	Наблюдение
62.	16.04.2025			2	Наблюдение
63.	19.04.2025	Действия игрока в нападении	Практическое занятие	2	Наблюдение
64.	23.04.2025			2	Наблюдение
65.	26.04.2025	Действия игрока в защите	Практическое занятие	2	Наблюдение
66.	30.04.2025	Действия игрока в нападении		2	Наблюдение
67.	03.05.2025	Участие в соревнованиях	Практическое занятие	2	Наблюдение
68.	07.05.2025			2	Наблюдение
69.	14.05.2025	Разбор ошибок игры	Практическое занятие	2	Наблюдение
70.	17.05.2025	Действия игрока в нападении		2	Наблюдение
71.	21.05.2025	Участие в соревнованиях	Практическое занятие	2	Наблюдение
72.	24.05.2025			2	Наблюдение
73.	15.05.2024	Итоговая аттестация	Сдача нормативов, выполнение практических упражнений	2	Опрос по пройденному теоретическому материалу, наблюдение
74.	17.05.2024			2	Опрос по пройденному теоретическому материалу, наблюдение
75.	22.05.2024	Разбор ошибок игры	Комбинирован ное занятие	2	Наблюдение
76.	24.05.2024	Заключительное занятие		2	Наблюдение

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 461041075780426786019748426748138865562456002269

Владелец Старикова Марта Юрьевна

Действителен с 08.08.2024 по 08.08.2025