

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Министерство обороны Российской Федерации

ФГКОУ «СОШ № 154 им. генерал-полковника Е.П. Маслина»

Рассмотрена:
Протокол заседания
методического совета
от 28.08.2023 г. № 1

Принята:
Решением
педагогического совета
протокол от 29.08.2023 г.
№ 1

Утверждена:
Приказом директора от 29.08.2023 г.
№ 47

Директор ФГКОУ «СОШ № 154 им.
генерал-полковника Е.П. Маслина»
Козышкова Л.Н.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивная секция «Баскетбол»»

для обучающихся 5-9 классов

Разработчик программы:
Казаков К.А.,
учитель физической культуры

**гп. Вологда 20
2023**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивная секция «Баскетбол»» для обучающихся 5-9 классов разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287 (с последующими изменениями);

2. Федеральная образовательная программа основного общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 14 апреля 2023 года № 1/23, утвержденная приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 г. № 370;

3. Положение о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ ФГКОУ «СОШ № 154 им. генерал-полковника Е.П. Маслина».

Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы внеурочной деятельности секции «Баскетбол»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Цель конкретизирована следующими задачами:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- воспитание моральных и волевых качеств;
- подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» для учащихся 5-9 классов рассчитана на 34 часа в год.

1. Содержание курса внеурочной деятельности

Основы знаний – в процессе учебно-тренировочных занятий

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 – 20 часов

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 - 20 часов

Ловля мяча:

- двумя руками на уровне груди;

- двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)
 Передачи мяча - 16 часов
 Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.
 Передача мяча одной рукой от плеча.
 Передача мяча двумя руками сверху.
 Ведение мяча - 20 часов
 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 -16 часов
 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 –16 часов
 Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении.
 Вырывание мяча из рук соперника.
 Накрывание мяча при броске.
 Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом – 16 часов
 Сочетание приемов без броска мяча в кольцо.
 Сочетание приемов с броском мяча в кольцо.
 Тактика игры – 16 часов
 Индивидуальные действия в нападении и защите.
 Групповые действия в нападении и защите:
 - взаимодействие двух игроков;
 - взаимодействие двух нападающих против одного защитника(2X1);
 - взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2X2)
 - взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;
 - взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3X2);
 - 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»);
 Двусторонняя учебная игра.
Формы занятий: игра, беседа, видеоуроки по баскетболу, соревнования в зачет школьной спартакиады.
 Виды деятельности: познавательная, конструктивная, спортивные игры.
 Формы подведения итогов – сдача нормативов по ОФП, участие в соревнованиях школьного и муниципального уровня.
Методы и формы обучения
Словесные методы:
 объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.
Наглядные методы:
 показ упражнений, наглядные пособия, видеофильмов.

Практические методы:

Метод упражнений; игровой; соревновательный, круговой тренировки.

Формы обучения:

Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

2. Результаты освоения курса

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных и метапредметных результатов:

- личностные результаты — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” является формирование следующих умений:

- *определять* и *высказывать* простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД.

- *Определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- *Проговаривать* последовательность действий.

Учить *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, учить *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД.

- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

- Перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всей команды.

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД.

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «баскетбол» учащиеся

смогут получить знания:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;

- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники; наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки 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;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;

- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;

- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;

- проводить судейство по баскетболу.

3. Тематическое планирование

5-9 классы

№ п/п	Наименование темы	Кол-во занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Передвижения и остановки без мяча	24	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/main/
2	Ловля мяча	24	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/main/191939/
3	Передача мяча	24	РЭШ

			https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/main/
4	Ведение мяча	20	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5172/main/196026/
5	Броски мяча	20	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3879/main/169721/
6	Вырывание и выбивание мяча	20	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3879/main/169721/
7	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	20	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/main/86119/
8	Тактика игры	18	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/main/