

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Приисковская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УР

Григорьева О.В.

« 31 » *августа* 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

Черповодский А.Л.

« 31 » *августа* 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Хотькина Сергея Петровича

учителя физической культуры

по внеурочной деятельности

«Баскетбол»

5-6-7 класс-комплект

(общеобразовательный)

2023-2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно – спортивное и оздоровительное направление.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Баскетбол» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5-6-7 классе-комплекте.

Программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю. 34 учебных недели.

Цели программы:

- обеспечить учащихся знаниями о специальных приёмах и действиях баскетболистов;
- содействовать укреплению здоровья детей;
- воспитывать моральные и волевые качества занимающихся;
- обеспечить разностороннее физическое развитие.

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивного кружка по баскетболу для 5-6 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012г);
- внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» / Авт.-сост. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: Просвещение, 2013.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **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 для всех и для каждого» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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).

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.

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 **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

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.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Примерное распределение учебного материала по волейболу во внеурочной деятельности учащихся

№	Учебный материал	классы	
		5	6-7
Перемещения			
1	Стойка игрока (исходные положения)	Р	3
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Р	3
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	+	+
Передачи мяча			
1	Передачи от плеча	Р	3
2	Передача от груди	Р	3
3	Передача из-за головы	Р	3
4	Передача снизу, сбоку,	Р	3

5	Передача снизу, сбоку, из рук в руки.	Р	3
Подбор мяча			
1	Подбор в нападении, на чужом щите.	Р	Р
2	Подбор в защите, на своём щите.	Р	Р
3	Коллективный подбор.	Р	Р
Перехват мяча			
1	Перехват мяча при передаче.	Р	Р
2	Перехват мяча при ведении.	Р	Р
Броски мяча в кольцо			
1	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок в кольцо.	Р	3
2	Ведение, два шага, бросок в кольцо.	Р	3
3	Броски в кольцо «из под кольца».	Р	3
4	Броски в кольцо по трёх секундной зоне.	Р	3
5	Штрафной бросок.	Р	3
Тактические игры			
1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	Р	Р
2	Групповые тактические действия в нападении, защите		
3	Командные тактические действия в нападении, защите		
4	Двухсторонняя учебная игра	+	+
Подвижные игры и эстафеты			
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	+	+
2	Игры развивающие физические способности	+	+
Физическая подготовка			
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	+	+
Судейская практика			
1	Судейство учебной игры в баскетбол		+

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5-6-7 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Индивидуальные тактические действия в защите	6	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка вверх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать
2	Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении	6	
3	Передачи мяча	6	
4	Ведение мяча	5	
5	Броски мяча в кольцо	6	

6	Двусторонняя учебная игра	5	<p>технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p>
7	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого 34 часа	34	

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5-6-7 КЛАСС-КОМПЛЕКТ**

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
1.	1	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	I 5.09.	
2.	1	Ведение мяча со сменой ритма движения	12.09.	
3.	1	Ведение мяча с изменением направления движения	19.09.	
4.	1	Ведение мяча со всеми изученными действиями	26.09.	
5.	1	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении	3.10.	
6.	1	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте	10.10.	
7.	1	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным	17.10.	
8.	1	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением	24.10.	
9.	1	Передачи мяча в игре	II 7.11.	
10.	1	Передачи мяча в игре	14.11.	
11.	1	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения	21.11.	
12.	1	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом	28.11.	
13.	1	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину	5.12.	
14.	1	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину	12.12.	
15.	1	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов	19.12.	
16.	1	Индивидуальные действия в нападении в игре	26.12.	
17.	1	Индивидуальные действия в нападении в игре	III 9.01.	
18.	1	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения	16.01.	
19.	1	Индивидуальные действия в защите против дриблинга	23.01.	
20.	1	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину	30.01.	
21.	1	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину	6.02.	
22.	1	Индивидуальные действия в защите против заслонов	13.02.	
23.	1	Индивидуальные действия в защите в игре	20.02.	

24.	1	Индивидуальные действия в защите в игре	27.02.	
25.	1	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок	5.03.	
26.	1	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции	12.03.	
27.	1	Броски мяча в корзину с двух шагов провой и левой рукой	19.03.	
28.	1	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями	IV 9.04.	
29.	1	Броски мяча в корзину после передач	16.04.	
30.	1	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок	23.04.	
31.	1	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок	30.04.	
32.	1	Учебная игра	7.05.	
33.	1	Учебная игра	14.05.	
34.	1	Учебная игра	21.05.	