

Комитет администрации Романовского района по образованию
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гуселетовская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза В.И. Захарова»

«Утверждаю»

Директор

_____ Шипилова О.И.

Приказ № 64

от «31» августа 2023 года

Рабочая программа
внеурочной деятельности спортивные игры «Баскетбол»
для учащихся 5 - 8 классов
(Двигательная активность)
2023-2024 учебный год

Составитель: учитель физической культуры Окунь В. С.

С. Гуселетово 2023г.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования, федеральных образовательных программ основного общего образования.

Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования.

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях.

Программа внеурочной деятельности направлена на осуществление следующей **цели**: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Задачи:

- Способствовать пропаганде здорового образа жизни, укреплению здоровья, содействовать гармоничному физическому развитию занимающихся.
- Способствовать формированию у обучающихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом.
- Развивать физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, а также выносливость, гибкость).
- Формировать у обучающихся необходимые теоретические знания.
- Воспитывать моральные и волевые качества.

Планируемые результаты освоения курса.

Предметные

Обучающийся получит знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

Обучающийся получит возможность научиться:

- названиям разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- находить наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- выполнять упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- изучить основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жестах судьи спортивных игр;
- игровым упражнениям, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр.
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;

Метапредметные

Познавательные УУД

Обучающийся научится:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;

Обучающийся получит возможность научиться:

- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.
- организовывать и проводить спортивные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками.

Регулятивные УУД

Обучающийся научится:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой деятельностью;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

Обучающийся получит возможность научиться:

- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

Обучающийся получит возможность научиться:

- понимать причины успеха/неуспеха внеурочной деятельности и способность конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Личностные

У обучающихся будут сформированы:

- готовность и способность к саморазвитию;
- установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- умения активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

Содержание курса с указанием видов деятельности и форм организации

Спортивные игры	содержание	Виды деятельности и формы организации
Баскетбол	<p>Групповые, индивидуальные и командные действия в нападении и защите. Стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок. Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.</p>	<p>Групповые, индивидуальные и командные действия</p> <p>Учебная игра</p>
Волейбол	<p>Стойка волейболиста. Нижняя и верхняя подача мяча. Прием. Передача. Овладение техникой и тактикой игры. Учебная двухсторонняя игра в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.</p>	<p>Групповые, индивидуальные и командные действия</p> <p>Учебная игра</p>
Футбол	<p>Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходудвигающемуся партнёру.</p> <p>Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.</p> <p>Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча на месте, в движении вперёд и назад. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.</p> <p>Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя</p>	<p>Групповые, индивидуальные и командные действия</p> <p>Учебная игра</p>

	<p>направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки).</p> <p>Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или</p> <p>остановки - неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу</p> <p>вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру.</p> <p>Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага.</p> <p>Вбрасывание мяча на точность.</p> <p>Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря.</p> <p>Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).</p> <p>Бросок мяча одной рукой из- за плеча на точность.</p> <p>Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность</p> <p>Учебная игра в футбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.</p>	
--	---	--

Тематический план с учетом рабочей программы воспитания

Спортивные игры	Количество часов	Воспитательный компонент
Баскетбол	12	Легендарные баскетболисты
Волейбол	12	Легендарные волейболисты
Футбол	10	Легенды мирового футбола
ИТОГО	34	

Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Название темы	Дата проведения
1	Т/Б на занятиях баскетболом. История возникновения баскетбола. Стойки и перемещения.	
2	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	
3	Остановка двумя ногами и прыжком.	
4	Передачи мяча.	
5	Ловля мяча.	
6	Ведение мяча.	
7	Броски в кольцо.	
8	Игра в защите.	
9	Игра в нападении.	
10	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	
11	Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	
12	Игра. Участие в соревнованиях.	
13	Т/Б. на занятиях волейболом. История возникновения волейбола.	
14	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	
15	Закрепление техники передачи. Верхняя прямая подача.	
16	Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите.	
17	Верхняя прямая подача.	
18	Индивидуальные тактические действия.	
19	Прием мяча.	
20	Прием подачи.	
21	Закрепление техники приема мяча с подачи.	
22	Подвижные игры.	
23	Эстафеты с мячом.	
24	Перемещение на площадке. Спортивная игра «Пионербол».	
25	Т/Б. на занятиях. История возникновения футбола. Остановка катящегося мяча.	
26	Ведение мяча.	
27	Удары по мячу.	
28	Вбрасывание и отбор мяча.	
29	Техника игры в футбол.	
30	Тактика игры в футбол.	
31	Правила игры в футбол.	
32	Правила соревнований.	
33	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».	
34	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).	
	Итого 34 часа	

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ