

Рассмотрена	Проверена	Утверждена
На заседании МО учителей	заместитель директора по	приказом
Музыки, ОБЖ, физкультуры, технологии,	УВР	№ 460/ОД от 31.08.2020
Предметов духовно-нравственной	Симонова Ю.В.	Директор ГБОУ СОШ №3
Направленности		г. Сызрани
Протокол №1		Симонова Т.П.
От «31» августа 2020 г.		

#### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Баскетбол» основного общего образования

## **Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности**

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Баскетбол» на уровне основного общего образования (5-9 класс) составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы по физической культуре, на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ООП ООО и плана внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №3 г.Сызрани

Составлена на основе программы:

Баскетбол. Внеурочная деятельность учащихся. Пособие для учителей и методистов. Г.А. Колодницкий. В. С. Кузнецов, М.В. Маслов М. " Просвещение, 2013

#### **Место курса в плане внеурочной деятельности:**

Программа реализуется с 6 по 9 класс.

Программа рассчитана на 34 часа в год, с проведением занятий 1 раз в неделю.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **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;

Уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр.

Сформированность патриотического сознания и гражданской позиции личности, чувство ответственности и долга перед Родиной на примере героических подвигов спортсменов – участников Великой Отечественной Войны и результатов упорного труда выдающихся спортсменов СССР и России.

Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

Сформированность положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Физическая культура».

Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни.

Сформированность духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к физической культуре, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры.

## **Метапредметные результаты**

Освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления.

## **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.

Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

Разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

Использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

Составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма; классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности,

Планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

Тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

Выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

Выполнять легкоатлетические действия (бег, прыжки, метания и броски мячей);

Выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;

выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;

Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

### **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Основы знаний (правила игры в баскетбол, понятие о технике и тактике игры, правила соревнований)
Перемещения
Стойка игрока (исходные положения)
Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед
Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)
Передачи мяча
Передача от плеча
Передача от груди
Передача из-за головы
Передача в движении
Передача на месте и в движении

Подбор мяча
Перехват мяча в нападении, на чужом щите
Перехват мяча в защите, на своём щите
Коллективный перехват мяча
Перехват мяча
Перехват мяча при передаче
Перехват мяча при ведении
Броски мяча в кольцо
Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок в кольцо
Ведение, два шага, бросок в кольцо
Броски в кольцо “из под кольца”
Броски в кольцо по трёх секундной зоне
Штрафной бросок
Тактические игры
Индивидуальные тактические действия в нападении и защите
Групповые тактические действия в нападении и защите
Командные тактические действия в нападении и защите
Двухсторонняя учебная игра
Подвижные игры и эстафеты
Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий
Игры развивающие физические способности
Физическая подготовка
Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости
Судейская практика
Судейство учебной игры в баскетбол

**Формой организации внеурочной деятельности является секция.**

**Основные виды деятельности:**

Соревнования, игры, тренировки

## Тематическое планирование

### 6 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в защите	7
2	Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении	6
3	Передачи мяча	6
4	Ведение мяча	4
5	Броски мяча в кольцо	7
6	Двусторонняя учебная игра, судейская практика	4
7	Физическая подготовка	в процессе занятия
	Итого 34 часа	34

### 7 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	8
2	Групповые тактические действия в нападении, защите	6
3	Передачи мяча	6
4	Ведение мяча	4
5	Броски мяча в кольцо	3
6	Двусторонняя учебная игра, судейская практика	7
7	Физическая подготовка	в процессе занятия
	Итого 34 часа	

### 8 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Ведение мяча	4
2	Перехват мяча	7
3	Броски мяча в кольцо	6
4	Передачи мяча	4
5	Двусторонняя учебная игра, судейская практика	5

6	Групповые тактические действия в нападении, защите	4
7	Командные тактические действия в нападении и защите	4
8	Физическая подготовка	в процессе занятия
	Итого 34 часа	

### 9 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Передачи мяча	6
2	Перехваты мяча	6
3	Броски мяча в кольцо	6
4	Совершенствовать тактику и технику игры	5
5	Двусторонняя учебная игра, судейская практика	8
6	Командные тактические действия в нападении и защите	3
	Физическая подготовка	в процессе занятия
	Итого 34 часа	