Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новокурская основная общеобразовательная школа»

«РАССМОТРЕНО»	«СОГЛАСОВАНО»	«УТВЕРЖДАЮ»
Руководитель ШМО	Заместитель директора	Директор:
Горева Е.К.	по УВР:	_____/Титова Т.П./
протокол № ___1__	_____/Горева Е.К /	приказ № ___96____
от «28» 08 2024 г.	« 28» 08 2024 г.	от «28» 08 2024 г.

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Баскетбол»
Для 5-7 класса
на 2024 – 2025 учебный год

Составитель:

Андросова Александр Александрович,
учитель физической культуры,
1 квалификационная категория

д. Новокурск 2024г.

Пояснительная записка

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале и на площадке веселыми и разнообразными подвижными спортивными играми.

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- **Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;**
- **приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;**
- **Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;**
- **Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;**
- **СП 2.4.3648-20;**
- **СанПиН 1.2.3685-21;**
-

Образовательной программы начального общего образования (ФГОС НОО) МБОУ «Новокурская ООШ» и Рабочей программы воспитания обучающихся МБОУ «Новокурская ООШ».

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю) в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком МБОУ «Новокурская ООШ».

Цели:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры, формирование навыков здорового образа жизни, удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научиться владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи:

- познакомить учащихся со спортивными играми через подвижные игры, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
-углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;
- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
-способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- расширять спортивный кругозор детей.
-формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
-пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности по баскетболу включает в себя:

подвижные игры. Подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьников, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений (подвижные игры на основе баскетбола).

лёгкоатлетические упражнения. Бег, прыжки и метание баскетбольного мяча, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании школьников, отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях, поэтому они оказывают существенное воздействие на развитие прежде всего координационных способностей.

баскетбол. Основные приемы техники и тактики ведения игры:

- теоретическая часть. Меры безопасности во время занятий баскетболом. История возникновения и развития игры баскетбол. Правило игры баскетбола. Правило игры стритбола.
- практическая часть. Ведение мяча со сменой рук. Ведение мяча на месте. Ведение мяча с обводкой стоек и соперников. Ловля и передача мяча. Броски с места и в прыжке. Броски после ведения в двух шагах. Тактика игры в защите. Тактика игры в нападении. Зонная защита. Учебная игра. Соревнование.

В данной программе использованы групповые и индивидуальные формы работы. Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств.Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Каждое занятие является звеном системы уроков, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом и направленных на освоение учебного материала конкретной темы.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:
- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

В результате изучения физической культуры ***ученик научится***:
- выполнять игровые действия и упражнения из игры баскетбол разной функциональной направленности;
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски баскетбольных мячей);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координационной способности);
- оценивать величину нагрузки по частоте пульса;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- выполнять основные технические и тактические приемы баскетболиста;

В результате изучения физической культуры ***ученик получит возможность научиться***:
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- играть в баскетбол;
- организовывать и проводить подвижные игры на основе баскетбола и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении;
- проводить разминку баскетболиста;
- проводить судейство матча.

Календарно-тематическое планирование (ФГОС)

№ п/п	Дата проведения		Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Форма проведения	Цифровые ресурсы
	план	факт				
			Введение	1		**https://fizcultura.ucoz.ru / ФИЗКУЛЬТУРА - сайт учителей физической культуры**
1			Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.	1	Теоритическая	**https://fizcultura.ucoz.ru / ФИЗКУЛЬТУРА - сайт учителей физической культуры**
			Техника игры	19		
2			Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
3			Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
4			Ведение мяча на месте. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
5			Ведение мяча с обводкой стоек и соперников. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fiz http://fizkulturnica.ru/kulturnica.ru/**
6			Ведение мяча с обводкой стоек и соперников. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
7			Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
8			Передача одной рукой. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная,	**http://fizkulturnica.ru/**

					игровая	
9			Передача от пола. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
10			Игры «семь передач». Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
11			Игры «семь передач». Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
12			Игра «собачка». Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
13			Броски мяча в кольцо с места. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
14			Броски мяча в кольцо с места. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
15			Броски мяча в кольцо в прыжке. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
16			Броски мяча в кольцо в прыжке. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
17			Броски мяча после ведения в двух шагах. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
18			Броски мяча после ведения в двух шагах. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
19			Игры с бросками мяча. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**

20			Эстафеты с элементами баскетбола.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://fizkulturnica.ru/**
			Тактика игры	13		
21			Тактика игры в защите. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
22			Упражнения для игры в защите. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
23			Тактика игры в нападении. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
24			Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
25			Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по**

						физической культуре
26			Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
27			Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
28			Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
29			Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
30			Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
31			Совершенствование в ведение,	1	Учебно-тренировочная,	**https://fizcultura.ucoz.ru**

			передачах, бросках. Учебная игра.		игровая	**/ Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
32			Взаимодействие игроков в нападении и защите. Учебная игра.		Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
33			Эстафеты с элементами баскетбола.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**https://fizcultura.ucoz.ru / Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**
			Подведение итогов	2		
34			Итоговая игра.	1	Учебно-тренировочная, игровая	**http://www.kazedu.kz/ Комплекс упражнений по физической культуре**

Учебно-методическое обеспечение

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Уроки физической культуры. Методические рекомендации 5-9 классы / А. П. Матвеев. — 2-е изд. — М. : Просвещение,

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. **https://fizcultura.ucoz.ru/ ФИЗКУЛЬТУРА - сайт учителей физической культуры**
2. **http://fizkulturnica.ru/**
3. **http://www.kazedu.kz/ Комплекс упражнений по физической культуре**
4. **http://www.fizkult-ura.ru/**
5. **https://fizcultura.ucoz.ru/ Учительский портал. Методические разработки по физической культуре**

Лист корректировки рабочей программы
(календарно-тематического планирования)

ФИО учителя: Андросов А.А.
Программа: Баскетбол
Класс: 5-7
Учебный год: 2024-2025г.

№ урока	Дата по основному КТП	Тема урока по основному КТП	Дата проведения по факту	Тема урока по факту	Причина корректировки	Способ корректировки

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923355

Владелец Титова Татьяна Петровна

Действителен С 05.02.2024 по 04.02.2025