

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Свирска»

РАССМОТРЕНО:
Руководитель МО
МОУ «СОШ №1 г. Свирска»



Протокол № 1
от « 29 » авг 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по ВР



С.В. Финаева

4 сентября 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ «СОШ № 1
г. Свирска»



Л.А. Пазникова

4 сентября 2024 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности
Кружок «Баскетбол»
для классов- 2 ч./нед.

Составлена на основе:
Примерной рабочей программы
«Физическая культура». Предметная
линия учебников М.Я. Виленского,
В.И. Ляха. 1-9 классы: учебное
пособие для общеобразовательных
организаций / В.И.Лях. – 7-е изд.-
М.: Просвещение, 2019.

г. Свирск
2024 год

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основании Положения о рабочей программе внеурочной деятельности в рамках ФГОС муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1 г.Свирск». Программа спортивной секции «Баскетбол» содержит:

- 1) личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности;
- 3) календарно-тематическое планирование.

Составлена на основе примерной рабочей программы «Физическая культура». Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И.Лях. – 7-е изд.- М.: Просвещение, 2019.

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Рабочая программа внеурочной деятельности ориентирована на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального, основного и среднего общего образования «МОУ СОШ № 1 г. Свирск»:

1. личностные результаты — дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях, умение оказывать помощь своим сверстникам.

2. метапредметные результаты — определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Универсальные учебные действия

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах спорта).

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов.

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя литературу, интернет-ресурсы, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы;
- перерабатывать полученную информацию, сравнивать и группировать объекты;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую, используя схематические рисунки, схемы).

Личностные УУД:

- основ общекультурной и российской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

- установка на здоровый образ жизни

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации учебного занятия	Основные виды учебной деятельности
1. Основы знаний (теоретическая часть): 1.1. Знания о спортивной игре; 1.2. Сведения о строении и функциях организма; 1.3. Правила игры в волейбол; 1.4. Овладение организаторскими умениями.	Беседы, викторины, мастер-классы.	Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий. Руководствуются правилами техники безопасности. Объясняют правила и основы организации игры. Организуют со сверстниками совместные игровые занятия, соревнования, осуществляют помощь в судействе, комплектования команды, подготовке мест проведения игры.
2. Общая физическая подготовка: 2.1. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму). 2.2. Развитие прыгучести. 2.3. Развитие выносливости. 2.4. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. 2.5. Самостоятельные занятия.	учебно-тренировочное занятие, самостоятельная работа учащихся.	Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей. Используют игровые упражнения для развития прыгучести. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей. Используют названные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляет

		самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий.
3.Специальная подготовка: 3.1.Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. 3.2.Освоение ловли и передач мяча. 3.3.Освоение техники ведения мяча. 3.5. Овладение техникой бросков мяча. 3.6.Освоение индивидуальной техники защиты. 3.7.Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. 3.8. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. 3.9. Освоение тактики игры.	учебно-тренировочное занятие, самостоятельная работа учащихся.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия баскетбола для комплексного развития физических способностей. Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдая правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
4.Показатели двигательной подготовленности.	контрольные занятие, самостоятельная работа учащихся, соревнования.	Выполнять упражнения по общей физической и специальной подготовке для контроля и определения уровня совершенствования и развития.

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Дата проведения		Тема занятия	Причина коррекции планирования
	План	Факт		
1-2			Правила игры и соревнований. Техника передвижения.	
3-4			Стойка баскетболиста. Бег в сочетании с остановками, повороты. Ловля и передача мяча.	
5-6			Стойка баскетболиста. Бег в сочетании с остановками, повороты. Ловля и передача мяча.	
7-8			Значение ОФП в подготовке баскетболистов (теория). Совершенствование техники ведения мяча. Ловля и передача мяча. Учебная игра.	
9-10			Совершенствование техники ведения мяча. Ловля и передача мяча. Учебная игра.	
11-12			Ведение мяча без зрительного контроля. Учебная игра.	
13-14			Ведение мяча с переводом мяча за спиной. Учебная игра.	
15-16			Ловля мяча одной рукой с поддержкой (без поддержки). Совершенствование техники бросков мяча в корзину.	
17-18			Ведение во время игры с защитой мяча корпусом. Учебная игра.	
19-20			Вырывание мяча. Бросок мяча в корзину. Учебная игра.	
21-22			Совершенствование техники защитных действий. Штрафной бросок	
23-24			Броски мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Учебная игра.	
25-26			Броски мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Учебная игра.	
27-28			Совершенствование техники защитных действий. Штрафной бросок. Учебная игра.	
29-30			Совершенствование техники защитных действий. Учебная игра.	
31-32			Выбивание мяча при ведении. Перехват мяча. Учебная игра.	
33-34			Накрывание мяча при броске. Бросок мяча в корзину. Учебная игра.	
35-36			Отбивание мяча при броске в прыжке. Бросок мяча в корзину. Учебная игра.	
37-38			Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Быстрый прорыв (3х2).	

39-40			Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2х3). Учебная игра.	
41-42			Передача мяча различными способами в движении. Зонная защита (2х1х2). Учебная игра.	
43-44			Тактическая подготовка юного спортсмена (теория). Индивидуальные действия в защите (вырывание, выбивание, накрытие броска).	
45-46			Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Индивидуальные действия в защите (вырывание, выбивание, накрытие броска).	
47-48			Сочетание приемов ведения и броска. Учебная игра.	
49-50			Сочетание приемов ведения и броска. Учебная игра.	
51-52			Контрольные игры.	
53-54			Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Учебная игра.	
55-56			Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Учебная игра.	
57-58			Нападение против зонной защиты. Нападение через заслон.	
59-60			Ведение мяча с сопротивлением. Нападение через заслон. Учебная игра.	
61-62			Совершенствование техники защитных действий.	
63-64			Контрольные испытания. СФП	
65-66			Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	
67-68			Учебная игра.	