

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»**

РАССМОТРЕНО
На ШУМО
Протокол №1
от « 30 » 08 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора
Смирнова Г.А.
« 31 » 08 2023

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
№ 205 от
« 31 » 08 2023г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «баскетбол»

для обучающихся 5 – 9 классов

ООО

Выполнил:

Воронин Алексей Викторович

г. Славгород, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, программа составленная для 5-9 классов. На изучение курса отводится 68 часов.

Цель программы - углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по баскетболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу;
- отбор лучших учащихся для ДЮСШ.

Содержание курса

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Планируемые результаты курса внеурочной деятельности: по окончании курса учащиеся должны:

владеть понятиями «Техника игры»,

знать правила игры,

владеть основными техническими приемами,

применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом.

Личностные результаты:

Ученики научатся

- Владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из волейбола и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- Владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Ученики получают возможность научиться

- Должны овладеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий по волейболу, их планирования и содержательного наполнения;

Метапредметные результаты:

Ученики научатся

- Научатся соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Научатся оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- Научатся организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- Научатся работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- Научатся формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

Ученики получают возможность научиться

- Должны научиться самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Должны научиться самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Должны овладеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Предметные результаты:

формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Ученики научатся

- играть в волейбол по упрощенным правилам;
- освоить судейство и правели игры в волейбол по упрощенным правилам:

Ученики получают возможность научиться

- планировать свою физическую активность через игру волейбол
- составлять планировать занятия физическими упражнениями самостоятельно

Содержание курса баскетбол

№	ИЗУЧАЕМЫЕ ТЕМЫ	Всего:	Форма провидения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
основы знаний; общая и специальная физическая подготовка				
1	История развития баскетбол Общие основы баскетбол	1 ч	Практика -1ч	https://topuch.com/obshaya-i-specialenaya-fizicheskaya-podgotovka-studenta/index.html
2	Правила игры и методика судейства	1 ч	Практика -1ч	https://topuch.com/obshaya-i-specialenaya-fizicheskaya-podgotovka-studenta/index.html
3	Техническая подготовка	1ч	Практика -1ч	https://topuch.com/obshaya-i-specialenaya-fizicheskaya-podgotovka-studenta/index.html
4	Физическая подготовка	1ч	Практика -1ч	https://topuch.com/obshaya-i-specialenaya-fizicheskaya-podgotovka-studenta/index.html

				podgotovka-studenta/index.html
5	Методика тренировки баскетболистов	1 ч	Практика -1ч	https://topuch.com/obshaya-i-specialenaya-fizicheskaya-podgotovka-studenta/index.html
Изучение техники игры в баскетбол				
Техника нападения:				
6	Перемещения	1 ч	Практика -1ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
7	Стойки	1 ч	Практика -1ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
8	Передачи	5ч	Практика -5ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
9	Передачи в парах	3ч	Практика -3ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
10	Передачи в движении	3ч	Практика -3ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
Техника защиты:				

11	Перемещения	1 ч	Практика -1ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
12	Прием мяча	3ч	Практика -3ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
13	Блокирование	3ч	Практика -3ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/262382/
Изучение тактики игры в баскетболе				
Тактика нападения:				
14	Индивидуальные действия	2 ч	Практика -2ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/169789/
15	Групповые действия	2 ч	Практика -2ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/169789/
16	Командные действия	4 ч	Практика -4ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/169789/
Тактика защиты:				
17	Индивидуальные действия	5 ч	Практика -5ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/169789/

				9/
18	Групповые действия	5 ч	Практика -5ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/16978 9/
19	Командные действия	2 ч	Практика -2ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/16978 9/
20	Игра по правилам с заданием	10 ч	Практика -10ч	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/conspect/16978 9/
	Итого:	68 ч.		

