

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение города Ульяновска
«Губернаторский инженерный лицей №102»



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Губернаторский инженерный лицей №102»

_____ Ю.В. Пудова

Приказ № 412 от 29 августа 2023г.

«Баскетбол»

(Спортивно-оздоровительное направление)

- Возраст детей: 11-14 (5-7 класс)
- Срок реализации: 1 год
- Автор программы: Фамилия И.О.

Рассмотрено и одобрено

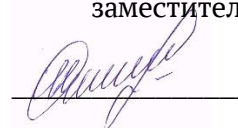
на заседании МО

Протокол № 1 от 28 августа 2023г.

Руководитель МО _____ О.В. Назарова

Согласовано

заместитель директора по ВР

 _____ И.М. Мангушева

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «БАСКЕТБОЛ»

1.1. Личностные результаты:

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенции с учётом региональных культурных, социальных и экономических особенностей;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся, к саморазвитию в процессе освоения учебного курса;
- Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастнo-половым нормативам;
- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи;
- Умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);
- Владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревнованиях по баскетболу;
- Владеть правилами поведения во время соревнований, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности

1.2. Метапредметные результаты

1.2.1. Познавательные:

- ✓ умение делать выводы в результате совместной работы группы и учителя;
- ✓ Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- ✓ Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

- ✓ Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

1.2.2. Коммуникативные:

- ✓ умение оформлять свои мысли в устной форме;
- ✓ слушать и понимать речь других;
- ✓ договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- ✓ учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).
- ✓ Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- ✓ Слушать и понимать речь других.
- ✓ Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- ✓ Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- ✓ Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- ✓ Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

1.2.3. Регулятивные:

- ✓ определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- ✓ проговаривать последовательность действий во время занятия; учиться работать по определенному алгоритму.
- ✓ Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- ✓ Проговаривать последовательность действий на занятии.
- ✓ Учить высказывать своё предположение (версию),

учить работать по предложенному учителем плану.

- ✓ Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- ✓ Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.
- ✓ Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- ✓ Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

1.3. Предметные результаты:

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности;
- Знание по истории развития спорта и олимпийского движения;
- Знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их цели, задач и форм организации;
- Знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- Способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями;
- Умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий;
- Умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями;
- Умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы;
- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию, телосложению и правильной осанки;

- Умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, выполнения упражнений разной направленности;
 - Способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре;
 - Способность осуществлять судейство соревнований по баскетболу;
- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№ п/п	Содержание курса	Форма организации, виды деятельности
1	Вводный раздел. Теоретическая подготовка История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног. Техника передвижения приставными шагами. Передача мяча двумя руками от груди. Единая спортивная классификация. Тактика нападения	Тренировочные занятия, беседы

<p>Техническая подготовка. Техника передвижения при нападении. Способы ловли мяча. Личная и общественная. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Бросок мяча двумя руками от груди. Взаимодействие трех игроков «треугольник». Техника ведения мяча. Ведение мяча с переводом на другую руку. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Закаливание организма спортсмена. Учебная игра. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Бросок мяча одной рукой от плеча. Совершенствование техники передачи мяча. Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. Совершенствование техники передачи мяча. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Защитные стойки. Защитные передвижения. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. Техника броска мяча одной рукой от плеча. Совершенствование техники ловли и передачи мяча.</p>	<p>соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, соревнования праздники, просмотры соревнований</p> <p>Зачеты, тестирования</p>
--	--

<p>Тактическая подготовка. Тактика нападения. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Командные действия в нападении. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Командные действия в нападении. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Индивидуальные действия при нападении. Индивидуальные действия при нападении. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Тактика защиты. Действия одного защитника против двух нападающих. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. Организация командных действий. Совершенствование тактических действий в нападении и защите.</p>	<p>Восстановительные мероприятия; Участие в матчевых встречах; Участие в соревнованиях; Групповые и индивидуальные теоретические занятия; Зачеты, тестирования</p>
---	--

	<p>Игровая подготовка.Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.Многokратное выполнение технических приемов и тактических действий.Правила игры и методика судейства. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.Учебная игра.Овладение командным языком, умение отдавать рапорт. Воспитание навыков соревновательной деятельности по мини-баскетболу. Учебная игра.Проведение упражнений по построению и перестроению группы.Составление комплекса общеразвивающих упражнений и умение провести разминку с группой.Разновидность баскетбола – стритбол</p>	<p>Групповые учебно-тренировочные занятия; Участие в матчевых встречах; Участие в соревнованиях; Зачеты, тестирования</p>
--	---	---

3. Тематическое планирование, в том числе с учётом рабочей программы воспитания.7,10 классы

№	Наименование раздела	Ключевые воспитательные задачи	Количество часов
1.	Вводный раздел. Теоретическая подготовка	Формирование положительной мотивации к занятиям ;развитие представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей.	3
2.	Техническая подготовка_–	Формирование у школьников знаний об технике игры в баскетболе и умение распределить все её приёмы по разделам и группам на основе определённых признаков.	10
3.	Тактическая подготовка	Развитие самостоятельности, трудолюбия, воли, ответственности	10
4.	Игровая подготовка	Воспитание нравственных качеств (патриотизм, честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм)	10
Итого			33

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной
деятельности**

№	Дата		Название темы	К – во часов
	План	факт		
Раздел 1. Вводный раздел. Теоретическая подготовка				
1			История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	1
2			Техника передвижения приставными шагами.	1
3			Передача мяча двумя руками от груди.	1
Раздел 2. Техническая подготовка				
4			Способы ловли мяча.	1
5			Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1
6			Бросок мяча двумя руками от груди.	1
7			Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1
8			Техника ведения мяча.	1
9			Ведение мяча с переводом на другую руку.	1
10			Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».	1
11			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1
12			Ловля двумя руками «низкого мяча».	1
13			Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1
Раздел 3. Тактическая подготовка				
14			Тактика нападения.	1
15			Командные действия в нападении.	1
16			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1
17			Командные действия в нападении.	1
18			Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1
19			Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	1

20			Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1
21			Индивидуальные действия при нападении.	1
22			Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	1
23			Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1
Раздел 4. Игровая подготовка				
24			Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1
25			Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	1
26			Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	1
27			Учебная игра.	1
28			Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	1
29			Овладение командным языком, умение отдать рапорт	1
30			Воспитание навыков соревновательной деятельности по мини-баскетболу. Учебная игра.	1
31			Работа по освоению инструкторских и судейских навыков	1
32			Составление комплекса общеразвивающих упражнений и умение провести разминку с группой.	1
33			Проведение упражнений по построению и перестроению группы	1
			ИТОГО	33