

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 10e15fd7471106552e20c713dc664840b99febde

Владелец Малофеева Ольга Вячеславовна,

Малофеева Ольга Вячеславовна,

ДИРЕКТОР

Действителен с 20.03.2024 по 13.06.2025

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 р.п. Дергачи»

«РАССМОТРЕНА»

на заседании ШМО
Протокол № ____
от «__» ____ 2024г.
Руководитель ШМО
_____/_____/

«СОГЛАСОВАНА»

зам. директора по ВР
_____/Т.М.Шабасва/
«__» ____ 2024г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы

/О.В. Малофеева/
Приказ № ____
от «__» ____ 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Баскетбол»

для обучающихся 2-4 классов

Автор-составитель:

Ромашов В.В.
учитель физической культуры

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы начального общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Направленность программы

Образовательная программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа стартовая, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, подвижным играм и развитие физических качеств, обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Отличительные особенности программы в воспитании дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива, этичности поведения спортсменов по отношению к противникам и судьям.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребенка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей, выявление и поддержку одаренных детей.

Цель и задачи программы:

Цель: привлечение учащихся к занятиям баскетболом, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и желания совершенствовать знания, навыки и умения, играть в баскетбол. В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач. .

1. Обучающие задачи: - формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков; - формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения.

- обучение подростков способам овладения различными элементами игры в баскетбол;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по баскетболу.

2. Оздоровительные задачи : - пропаганда здорового образа жизни;

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
- обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств;

- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;

- повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков

3. Воспитательные задачи: - формирование и развитие подростковых общественных и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.

- гражданское и патриотическое воспитание учащихся;

- воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;

- воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.

- помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

Адресат программы

Программа основывается на многообразии средств и методов, что позволяет целенаправленно воздействовать на развитие всех основных функций организма и делает доступной её для детей от 9-11 лет, независимо пола и физической подготовки. проявить себя в профессиональной деятельности.

Форма обучения и виды занятий

Формы обучения очная, организация деятельности учащихся на занятии: фронтальная, индивидуальная, работа в группах.

Формы проведения занятий: занятие, игра, соревнование;

технологии: лично-ориентированное обучение, коммуникативно-деятельностный подход, игровые технологии;

методы: словесные, наглядные, практические, игровые; соревновательные;

средства обучения: спортивный инвентарь, технические средства, наглядные пособия.

Срок освоения программы, режим занятий. Программа реализуется в течение учебного года, рассчитана на 68 часов обучения. Занятия проводятся группой 2 раза в неделю, по 1 часу. Продолжительность одного занятия 40 мин. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания.

Содержание программы

Раздел 1. Физическая культура и спорт в России – 2 часа.

Физическая культура - составная часть общечеловеческой культуры, одно из важных средств воспитания. Задачи физического воспитания в России: укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие людей, их подготовка к высокопроизводительному труду и защите Родины.

Раздел 2. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма – 3 часа.

Общий режим дня. Гигиена сна, питание. Гигиена одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Техника безопасности при игре в баскетбол. Предупреждение травм при занятиях баскетболом

Раздел 3. Сведения о строении и функциях организма человека – 1 час.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции.

Раздел 4. Основы техники и тактики игры – 56 часов.

Правила игры в баскетбол. Практические занятия. Тактика нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки: защитная стойка (исходные положения), основная. Ходьба, бег, перемещаясь шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений. Передачи мяча. Прием мяча. Бросок в движении и с места, добивание. Ведение с изменением

высоты отскока, изменением направления ведения, финты. Техника защиты. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами лицом вперед, боком вперед. Заслон. Персональная защита. Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия: выбор места при подборе мяча. Быстрый прорыв, позиционное нападение.

Раздел 5. Учебно-тренировочные игры и соревнования – 6 часов.

Организация и проведение игр и соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок. Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Соревнования по мини-баскетболу. Промежуточная аттестация - выполнение контрольных нормативов

Планируемые результаты

По окончании изучения курса «Баскетбол» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпредметные понятия и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты включают освоенный школьниками в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное,

эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне; характеристику признаков технического исполнения;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теория	Практика	
<i>Раздел 1. Физическая культура и спорт в России – 2 часа</i>					
1	Физическая культура - составная часть общечеловеческой культуры, одно из важных средств воспитания.	1	1		
2	Укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие людей, их подготовка к высокопроизводительному труду и защите Родины.	1	1		
<i>Раздел 2. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма – 3 часа</i>					
3	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1		
4	Гигиена одежды, обуви. Гигиенические инвентарю и спортивной форме.	1	1		
5	Техника безопасности при игре в баскетбол. Общегигиенические требования с учетом специфических особенностей баскетбола.	1		1	
<i>Раздел 3. Сведения о строении и функциях организма человека – 1 час</i>					
6	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции.	1	1		
<i>Раздел 4. Основы техники и тактики игры – 56 часов</i>					
7	Правила игры в баскетбол. Просмотр	1	1		
8	Бросок и ловля мяча снизу на месте.	1		1	
9	Бросок и ловля мяча снизу на месте. Игра «Пятнашки».	1		1	
10	Ловля мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах».	1		1	
11	Ловля мяча на месте. Игра «Бросай – поймай».	1		1	
12	Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1		1	
13	Передача мяча снизу на месте. Игра «Передача мяча в колоннах».	1		1	
14	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1		1	
15	Техника передачи мяча на месте.	1		1	
16	Техника передачи мяча на месте.	1		1	

17	Совершенствование техники передачи мяча на месте.	1		1	
18	Совершенствование техники передачи мяча на месте.	1		1	
19	Особенности разминки перед игрой в баскетбол.	1		1	
20	Ведение мяча на месте. Игра «Мяч соседу».	1		1	
21	Ведение мяча на месте. Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	1		1	
22	Броски мяча в кольцо. Развитие координационных способностей.	1		1	
23	Броски мяча в кольцо. Игра «Передача мяча в колоннах».	1		1	
24	Совершенствование бросков в кольцо.	1		1	
25	Броски мяча двумя руками с места.	1		1	
26	Броски мяча двумя руками с места.	1		1	
27	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой.	1		1	
28	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой.	1		1	
29	Ведение правой (левой) рукой в движении.	1		1	
30	Ведение правой (левой) рукой в движении.	1		1	
31	Ловля и передача мяча на месте и в движении.	1		1	
32	Ведение мяча на месте в движении.	1		1	
33	Броски в кольцо.	1		1	
34	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока.	1		1	
35	Техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока.	1		1	
36	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления.	1		1	
37	Ловля и передача мяча на месте в кругу.	1		1	
38	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой.	1		1	
39	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой	1		1	
40	Перемещения в стойке баскетболиста.	1		1	
41	Остановка двумя шагами и прыжком.	1		1	
42	Остановка двумя шагами и прыжком.	1		1	
43	Совершенствование стойки баскетболиста.	1		1	
44	Повороты на месте и в движении.	1		1	

45	Повороты без мяча и с мячом.	1		1	
46	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	1		1	
47	Передачи мяча двумя руками от груди на месте в парах.	1		1	
48	Передачи одной рукой от плеча.	1		1	
49	Передачи мяча на месте с сопротивлением защитника.	1		1	
50	Совершенствование ведения мяча. Ловля и передача мяча.	1		1	
51	Ведение мяча в стойке игрока в движении по прямой.	1		1	
52	Учебно-тренировочная игра. Ведение с сопротивлением.	1		1	
53	Совершенствование передач. Игровая ситуация: один нападающий, один защитник.	1		1	
54	Совершенствование техники броска мяча с места, не выходя из трехсекундной зоны.	1		1	
55	Совершенствование техники броска мяча с места, не выходя из трехсекундной зоны.	1		1	
56	Техника бросков, бросок в кольцо после ведения.	1		1	
57	Упражнения на растяжку. Броски мяча одной рукой с места.	1		1	
58	Упражнения на растяжку. Броски мяча в движении.	1		1	
59	Техника броска после ведения правой и левой рукой.	1		1	
60	Техника броска в движении. Бросок мяча в прыжке.	1		1	
61	Командные тактические действия в защите и нападении.	1		1	
62	Командные тактические действия в защите и нападении.	1		1	
Раздел 5. Учебно-тренировочные игры и соревнования – 6 часов					
63	Учебно-тренировочная игра. Подвижные игры.	1		1	
64	Игра с выполнением тактических и технических заданий (по упрощенной схеме).	1		1	
65	Игра с выполнением тактических и технических заданий (по упрощенной схеме).	1		1	
66	Промежуточная аттестация. Выполнение	1		1	
67	Игра с выполнением тактических и технических заданий (по упрощенной схеме).	1		1	
68	Промежуточная аттестация. Выполнение	1		1	

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.	Основная литература для учителя	
1.1.	Стандарт начального общего образования по физической культуре	1
1.2.	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008.	1
1.3.	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2006.	1
1.4.	Рабочая программа по физической культуре	1
2.	Дополнительная литература для учителя	
2.1.	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	1
2.2.	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.	1
2.3.	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.	1
2.4.	Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1-6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г.	1
2.5.	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.	1
2.6.	Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006	1
3.	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1.	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	1
4.	Технические средства обучения	
4.1.	Ноутбук	1
4.2.	Аудиозаписи	1
5.	Учебно-практическое оборудование	
5.1.	Бревно гимнастическое напольное	1
5.2.	Козел гимнастический	1
5.3.	Теннисный мяч(мягкий),	3
5.4.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	2
5.5.	Баскетбольные мячи	10
5.6.	Скамейка гимнастическая жесткая малая	2
5.8.	Волейбольные мячи	10
5.9.	Палка гимнастическая	4
5.10.	Скакалка детская	12
5.11.	Мат гимнастический	10
5.13.	Футбольные мячи	5

5.14.	Обруч пластиковый детский	10
5.15.	Сетка волейбольная	1
5.16.	Рулетка измерительная	1
5.19.	Мячи для метания	4
5.25	Сетки баскетбольные	1
5.26	Стол теннисный	1

Список литературы

1. В помощь преподавателю. Дружить со спортом и игрой. Составитель Г.П. Попова.
2. В помощь преподавателю физкультуры. Внеклассные мероприятия в средней школе. Автор составитель М.В. Видякин.
3. Портфель учителя. В.С. Кузнецов; Г.П. Колодницкий физическая культура. Физкультурно-оздоровительная работа в школе.
4. Библиотека учителя. Г.И. Погадаев; Б.И. Мишин организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе 1-11 классы.
5. Г.М. Соловьев, Н.И. Соловьева культура здорового образа жизни. Учебное пособие.
6. Учебник В.И. Лях 1-4 классы, А. П. Матвеев методические рекомендации ФГОС Москва «Просвещение»2012.
7. ФГОС Рабочие программы Лях В.И., физическая культура.

Цифровые и электронные образовательные ресурсы, образовательные платформы

ФГИС«Мояшкола»<https://myschool.edu.ru/>

Федеральный портал «Единое содержание общего образования» <https://edsoo.ru/>

Информационно-коммуникационная платформа «Сферум» <https://sferum.ru>

