

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ровеньская средняя общеобразовательная школа с углубленным
изучением отдельных предметов Ровеньского района Белгородской
области»

<p>«Рассмотрено» на заседании МО</p> <p> Шевченко С.Н. протокол №5</p> <p>от «20» июня 2019 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора МБОУ «Ровеньская СОШ с УИОП»</p> <p> Стромакова Н.Н.</p> <p>от «20 » июня 2019 г.</p>	<p>«Утверждено» Директор МБОУ «Ровеньская СОШ с УИОП»</p> <p> Макарова Е.В. Приказ № <u>275</u></p> <p>от «20» августа 2019 г.</p>
---	---	---

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Баскетбол»
уровня основного общего образования
7-8класс
срок реализации 2 года

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа по внеурочной деятельности «Баскетбол» для 7 – 8 классов на 2 года обучения составлена на основе следующих документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования(2010г.)

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015г № 1577 «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010г. №1897 »

- Примерной программы спортивной подготовки для детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва - М.: «Издательство ”Советский спорт”» 2009 г.

2. Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование

нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как

равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3. Умение 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.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

Смысловое чтение.

8. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

9. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем

10. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

11. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

12. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ).

Предметные результаты

1. Рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе.

2. Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек.

3. Раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств.

4. Разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели.

5. Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий.

6. Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций.

7. Составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма.

8. Классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств.

9. Самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их.

10. Тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой.

11. Выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности.

12. Выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений).

13. Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

К концу обучения обучающиеся:

1. Приобретают основы теоретических знаний и правил безопасного поведения во время занятий баскетболом;
2. Осваивают основные средства ОФП.
3. Осваивают основные приёмы игры в баскетбол (стойки и перемещения, ловля и передача мяча различными способами, ведение мяча, броски в кольцо).
4. Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.
5. Применяют в игровой ситуации изученные способы ловля, передачи, ведение мяча, броски в кольцо.

б. Осваивают игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола

- Осуществляют судейство по баскетболу;
- Выполняют тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

3. Содержание

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение внеурочной деятельности «Волейбол» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения внеурочной деятельности «Волейбол» формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности, приобщение к активным занятиям волейболом, укрепление здоровья, получение социальной практики общения в детском коллективе.

Теоретическая подготовка.

Из истории развития баскетбола в России, в Белгородской области. Правила проведения соревнований по баскетболу Правила техники безопасности в спортивном зале, на площадке. Спортивное оборудование и инвентарь.

Техника и обучение техническим приёмам.

Передвижения, передачи и броски. Остановки прыжком и 2мя шагами, ведение мяча в низкой, в средней и высокой стойках.

Тактика игры

Элементарные тактические действий в защите и нападении. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Групповые тактические действия

Игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты

Игровые упражнения. Подвижные игры и эстафеты

Судейство

Жесты судьи

Учебная игра

Учебная игра в баскетбол, соревнования с различным делением группы

Подготовка к соревнованиям. Соревнования

4. Тематическое планирование

1- год обучения

№ п\п	Тема учебного занятия	Количество часов
1	Правила ТБ по баскетболу. Техника передвижений, ведения.	1
2	Развитие двигательных качеств в беге.	1
3	Кросс 1500м	1
4	Техника передвижений, передач и бросков.	1
5	Техника остановок, ведение мяча.	1
6	Стартовые рывки с места.	1
7	Тактика нападения.	1
8	Метание мячей в движущуюся цель	1
9	Серийные прыжки	1
10	Ведение и передача мяча.	1
11	Технико-тактические действия в игре	1
12	Остановка 2мя шагами и бросок в кольцо.	1
13	Техника ведения, остановки	1
14	Развитие скоростно-силовых качеств.	1
15	Развитие двигательных качеств.	1
16	Техника ведения и передачи в движении	1
17	Техника передач и бросков со средней	1

	дистанции	
18	Технико-тактические действия в игре	1
19	Штрафной бросок.	1
20	Тактика свободного нападения.	1
21	Соревнования по баскетболу	1
22	Соревнования по баскетболу	1
23	Техника ведения и передач с сопротивлением	1
24	Опорные и простые прыжки.	1
25	Сочетание приёмов ведение - бросок.	1
26	Нападение быстрым прорывом	1
27	Сочетание приёмов: ведение – передача - бросок в движении.	1
28	Учебная игра	1
29	Челночный бег.	1
30	Учебная игра	1
31	Участие в соревнованиях	1
32	Игра в мини-футбол.	1
33	Жесты судьи.	1
34	Сдача нормативов комплекса ГТО.	1
35	Подведение итогов	1
	Итого	35

2- год обучения

№ п\п	Тема учебного занятия	Количество часов
1	Правила ТБ по баскетболу. Из истории развития баскетбола в России, в Белгородской области.	1
2	Спортивное оборудование и инвентарь.	1
3	Техника передвижений	1
4	Передача мяча 2-мя руками от груди ударом о пол	1
5	Передача мяча 1-й рукой от плеча.	1
6	Передача мяча в движении в тройках, упражнение «восьмёрка»	1
7	Ведение мяча на месте и в движении	1
8	Ведение мяча. Упражнение «змейка»	1
9	Ведение мяча.	1
10	Дистанционные броски в кольцо от щита	1
11	Дистанционные броски в кольцо от щита	1
12	Дистанционные броски	1
13	Дистанционные броски	1
14	Штрафные броски	1
15	Остановка 2мя шагами и бросок в кольцо.	1
16	Остановка 2мя шагами и бросок в кольцо.	1
17	Остановка 2мя шагами и бросок в кольцо.	1
18	Зонная защита	1

19	Персональная защита	1
20	Стартовые рывки с места.	1
21	Учебно-тренировочная игра	1
22	Учебно-тренировочная игра	1
23	Учебно-тренировочная игра	1
24	Учебно-тренировочная игра	1
25	Учебно-тренировочная игра	1
26	Учебно-тренировочная игра	1
27	Нападение быстрым прорывом	1
28	Технико-тактические действия по схеме 1 х 3	1
29	Технико-тактические действия по схеме 2 х 3	1
30	Технико-тактические действия по схеме 3 х 3	1
31	Жесты судьи	1
32	Правила судейства соревнований	1
33	Соревнования по баскетболу	1
34	Сдача норм комплекса ГТО	1
35	Подведение итогов	1
Итого		35