

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Алтайского края**  
**Немецкий национальный район**  
**МБОУ "Подсосновская СОШ "**

**РАССМОТРЕНО**

на педагогическом совете  
МБОУ "Подсосновская СОШ"  
Протокол №2 от «28» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы  
\_\_\_\_\_ Е.В. Юдина  
Приказ № 127 от «28» августа 2024 г.

**Рабочая программа**  
**учебного курса внеурочной деятельности**  
**«Баскетбол»**  
**для 8-9 классов среднего общего образования**  
**на 2024-2025 учебный год**

Составитель: Гук Н.Н.  
учитель физической культуры

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Легкая атлетика» для 11 класса МБОУ «Подсосновская СОШ» составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
3. Приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 г. за №1897 « Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
4. Федеральным законом от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;
5. Положение о порядке разработки и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов, факультативов в МБОУ «Подсосновская школа».
6. План внеурочной деятельности МБОУ «Подсосновская СОШ» на 2024-2025 учебный год.
7. Календарного учебного графика МБОУ «Подсосновская СОШ» на 2024-2025 учебный год;

На основе:

1. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся: Баскетбол: пособие для учителей и методистов, - М., Просвещение, 2011, (Работаем по новым стандартам).

Для реализации программы используется учебно-методический комплект:

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 10—11 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — М. : Просвещение, 2015 Учебник Физическая культура. В. И. Лях. М. Просвещение. 2010
2. Физическая культура. Методические рекомендации. В. И. Лях. М. Просвещение. 2010

Данная рабочая программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программа создана на основе авторской программы внеурочной деятельности ( Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова - Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. Издательство «Просвещение», 2011г.).

**Цель программы:**

Решение оздоровительных, образовательных и развивающих задач физического воспитания при освоении учащимися баскетбола.

Достижение цели возможно через решение следующих задач:

- Обучать двигательным действиям, нацеленным на развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.
- Развивать основные физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, выносливость, силу.
- Совершенствование жизненно-важных навыков и умений в беге, прыжках, метании и плавании;
- Привитие интереса к занятиям баскетболом;
- Воспитание спортивного трудолюбия и волевых качеств;
- Изучение основных приемов и передач мяча, бросков по кольцу;
- Приобретение начального опыта участия в соревнованиях;
- Воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Занятия по программе «Баскетбол» включают в себя теоретическую и практическую часть.

Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий и тактическую подготовку.

Практическая часть включает в себя общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку и участия в соревнованиях.

### **Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Рабочая программа внеурочной деятельности ориентирована на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования «МБОУ Подсосновская СОШ»:

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
<p>1. Основы знаний (теоретическая часть):</p> <p>1.1. Знания о спортивной игре;</p> <p>1.2. Сведения о строении и функциях организма;</p> <p>1.3. Правила игры в волейбол;</p> <p>1.4. Овладение организаторскими умениями.</p>	<p>Беседы, викторины, мастер-классы.</p>	<p>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.</p>
<p>2. Общая физическая подготовка:</p> <p>2.1. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений,</p>	<p>учебно-тренировочное занятие, самостоятельная работа учащихся.</p>	<p>Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей.</p>

<p>способностей к согласованию движений и ритму).</p> <p>2.2. Развитие прыгучести.</p> <p>2.3. Развитие выносливости.</p> <p>2.4. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.</p> <p>2.5. Самостоятельные занятия.</p>		<p>Используют игровые упражнения для развития прыгучести.</p> <p>Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости.</p> <p>Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей.</p> <p>Используют названные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляет самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий.</p>
<p>3. Специальная подготовка:</p> <p>3.1. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</p> <p>3.2. Освоение ловли и передач мяча.</p> <p>3.3. Освоение техники ведения мяча.</p> <p>3.5. Овладение</p>	<p>учебно-тренировочное занятие, самостоятельная работа учащихся.</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности.</p> <p>Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками,</p>



	учащихся, соревнования.	
--	----------------------------	--

### Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Дата проведения	
		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.		

**Лист изменений и корректировки рабочей программы по внеурочной  
деятельности «Баскетбол» .  
Учитель Гук Н.Н.**

№ п/ п	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Причина корректировки (карантин, природные факторы, болезнь учителей и т.д.)	Корректирующие мероприятия (дополнительный урок, оптимизация)
1					
2					
3					
4					
5					

Подпись сотрудника, внесшего изменения \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
(подпись) (расшифровка подписи)