


Приложение к ООП ООУ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 134»
МАОУ «СОШ № 134»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №134»

Рассмотрено на заседании МС школы протокол № 1 от «25» 08.2021 г.	Рассмотрено на педагогическом совете протокол № 1 от «26» 08.2021 г.	«Согласовано» Заместитель директора по УВР <u>М. А. Дугина</u> «26» 08.2021 г.	«Утверждаю» Директор МАОУ «СОШ №134»  /А.М. Бухарметова приказ № 328/1-о/д от «27» 08.2021 г.
---	--	--	---

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«БАСКЕТБОЛ»
по направлению: Спортивно-оздоровительное
для учащихся 8-х классов
основного общего образования
на 2021/2022 учебный год

Составитель:
Омельченко Андрей Михайлович
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

Срок реализации программы:
01.09.2021-31.05.2022

Барнаул, 2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
3. Учебный план МАОУ «СОШ №134» на 2021 – 2022 учебный год.
4. Годовой календарный график на 2021 – 2022 учебный год.
5. Положение о рабочей программе по предмету/курсу МАОУ «СОШ №134».
6. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей методистов/В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: Просвещение, 2014.
7. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол.: пособие для учителей методистов/В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: Просвещение, 2013 г.

Курс рассчитан на 1 час в неделю, всего 35 ч. в соответствии с годовым календарным графиком на 2021 – 2022 учебный год.

Цель программы: обеспечить обучающихся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов. Содействовать укреплению здоровья детей. Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся. Обеспечить разностороннее физическое развитие.

Основными задачами программы являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризации баскетбола как вида спорта;
- формирование у учащихся стойкого интереса к занятиям баскетболом;
- развитие физических способностей;
- формирование необходимых теоретических знаний;
- воспитание морально-волевых качеств;

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; – уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере; – умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Основы знаний Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу

Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов

Тактические действия в баскетболе

Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.

Передвижения и остановки без мяча Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений

Остановки: двумя шагами, прыжком

Прыжки, повороты вперед, назад

Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)

Ловля мяча Ловля мяча:

- двумя руками на уровне груди;
- двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)

Передачи мяча

Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении

Передача мяча одной рукой от плеча

Передача мяча двумя руками сверху

Ведение мяча Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)

Ведение мяча с изменением скорости передвижения

Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)

Ведение мяча в движении с переводом на другую руку

Ведение мяча с изменением направления движения

Ведение мяча с обводкой препятствий

Броски мяча

Бросок мяча двумя руками от груди с места

Бросок мяча одной рукой от плеча с места

Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения

Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке

Штрафной бросок

Отбор мяча Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении

Вырывание мяча из рук соперника

Накрывание мяча при броске

Отвлекающие приемы (финты) Финты без мяча

Финты с мячом

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом

Сочетание приемов без броска мяча в кольцо

Сочетание приемов с броском мяча в кольцо

Тактика игры Индивидуальные действия в нападении и защите

Групповые действия в нападении и защите:

- взаимодействие двух игроков;
- взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2X1);
- взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2X2)
- взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;
- взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3X2);
- взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»);
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка»);
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)

Двусторонняя учебная игра

Подвижные игры и эстафеты Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Игры, развивающие физические способности

Физическая подготовка

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости

Тематическое планирование

№	Раздел	Количество часов
1	Основы знаний	4
2	Передвижения и остановки без мяча	5
3	Ловля мяча	1
4	Передачи мяча	3
5	Ведение мяча	6
6	Броски мяча	5
7	Отбор мяча	3
8	Отвлекающие приемы (финты)	2
9	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	2
10	Тактика игры	1
11	Подвижные игры и эстафеты	1
12	Физическая подготовка	1
Итого		35

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№УРОКА	ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ	ТЕМА УРОКА	Примечание (ссылка, технологическая карта урока)
Основы знаний -4 ч.			
1\1	01.09.-04.09.	Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу	
2\2	06.09.-11.09.	Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов	
3\3	13.09.-18.09.	Тактические действия в баскетболе	
4\4	20.09.-25.09.	Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.	
Передвижения и остановки без мяча-5 ч			
5\1	27.09.-02.10.	Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	
6\2	04.10.-09.10.	Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений	
7\3	11.10.-16.10.	Остановки: двумя шагами, прыжком	
8\4	18.10.-23.10.	Прыжки, повороты вперед, назад	
9\5	25.10.-29.10.	Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)	

Ловля мяча-1 ч.			
10\7	08.11.-13.11.	Ловля мяча: двумя руками на уровне груди двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)	
Передачи мяча-3 ч.			
11\8	15.11.-20.11.	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	
12\9	22.11.-27.11.	Передача мяча одной рукой от плеча	
13\1	29.11.-04.12.	Передача мяча двумя руками сверху	
Ведение мяча-6ч.			
14\2	06.12.-11.12.	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)	
15\3	13.12.-18.12.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения	
16\4	20.12.-25.12.	Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)	
17\5	10.01.-15.01.	Ведение мяча в движении с переводом на другую руку	
18\6	17.01.-22.01.	Ведение мяча с изменением направления движения	
19\7	24.01.-29.01.	Ведение мяча с обводкой препятствий	
Броски мяча-5 ч.			
20\8	31.01.-05.02.	Бросок мяча двумя руками от груди с места	
21\9	07.02.-12.02.	Бросок мяча одной рукой от плеча с места	
22\10	14.02.-19.02.	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения	
23\11	21.02.-26.02.	Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке	
24\12	28.02.-05.03.	Штрафной бросок	
Отбор мяча-3 ч.			
25\13	07.03.-12.03.	Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении	
26\14	14.03.-19.03.	Вырывание мяча из рук соперника	
27\15	21.03.-25.03.	Накрывание мяча при броске	
Отвлекающие приемы (финты)-2 ч.			
28\1	04.04.-09.04.	Финты без мяча	
29\2	11.04.-16.04.	Финты с мячом	
Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом- 2ч.			
30\3	18.04.-23.04.	Сочетание приемов без броска мяча в кольцо	
31\4	15.04.-30.04.	Сочетание приемов с броском мяча в кольцо	
Тактика игры-2ч.			
32\5	02.05.-07.05.	Индивидуальные действия в нападении и защите	
33\1	09.05.-14.05.	Групповые действия в нападении и защите:	
Подвижные игры и эстафеты-1ч.			
34\2	16.05.-21.05.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	
Физическая подготовка-1ч.			
35\3	23.05.-30.05.	Развитие скоростных, силовых, скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	