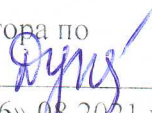



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №134»

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

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
(направление внеурочной деятельности «спортивно - оздоровительное»)
для 5а,б,в,г,д класса основного общего образования
на 2021/2022 учебный год**

Составитель: Федотов С.Г.,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

Срок реализации программы:
01.09.2021 – 31.05.2022

г. Барнаул. 2021

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности составлена на основе следующих **нормативно-правовых документов:**

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
2. Федерального перечня учебников, утвержденных, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы 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. Физическая культура. Программа: 5-9 классы/Т.В. Петрова, Ю.А. Копылова, Н.В. Полянская, С.С.Петров .— М.: Вентана-Граф, 2017 г.
7. Физическая культура. 5-7 классы: методическое пособие/О.А.Немова, 2017 г.

Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

Задачи программы:

обучающие

- 1) Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;

воспитательные

- 2) содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
- 3) воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;

развивающие

- 4) способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости
- 5) развивать координационные способности и силу воли.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

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

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся *должны:*

знать

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий по баскетболу;
- название разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- упражнения на развитие физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценивания физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

уметь

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по баскетболу;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по баскетболу; играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

Эффект: участие в соревнованиях школьного и городского уровня, судейство школьных соревнований.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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 (2Х2)
 - взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;
 - взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3Х2);
 - 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

Судейская практика

Судейство игры в баскетбол

Календарно-тематическое планирование для 5 класса

№ Урока	Тема урока	Кол-во часов	Сроки проведения
1	Передвижения и остановки без мяча	1	2.09-6.09
2	Передвижения и остановки без мяча	1	09.09-13.09
3	Передвижения и остановки без мяча	1	16.09-20.09
4	Ловля мяча	1	23.09-27.09
5	Ловля мяча	1	30.09-04.10
6	Передача мяча	1	07.10-11.10
7	Передача мяча	1	14.10-18.10
8	Ведение мяча	1	21.10-25.10
9	Ведение мяча	1	4.11-8.11
10	Ведение мяча	1	11.11-15.11
11	Передвижения и остановки без мяча	1	18.11-22.11
12	Передвижения и остановки без мяча	1	25.11-29.11
13	Передвижения и остановки без мяча	1	2.12-6.12
14	Ловля мяча	1	9.12-13.12
15	Ловля мяча	1	16.12-20.12
16	Передача мяча	1	23.12-27.12
17	Передача мяча	1	13.01-17.01
18	Ведение мяча	1	20.01-24.01
19	Ведение мяча	1	27.01-31.01
20	Ведение мяча	1	03.02-07.02
21	Тактика игры	1	10.02-14.02
22	Броски мяча	1	17.02-21.02
23	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	24.02-28.02

24	Броски мяча	1	2.03-6.03
25	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	9.03-13.03
26	Броски мяча	1	16.03-20.03
27	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	30.03-3.04
28	Тактика игры	1	6.04-10.04
29	Броски мяча	1	13.04-17.04
30	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	20.04-24.04
31	Броски мяча	1	27.04-01.05
32	Ведение мяча	1	04.05-08.05
33	Ведение мяча	1	11.05-15.05
34	Ведение мяча	1	18.05-22.05
35	Тактика игры	1	25.05-29.05