

Приложение 1

к содержательному разделу основной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №1 Яшкинского муниципального района от «02» сентября 2019 г. №150

**Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности
«Баскетбол»**

Составитель:
учитель физической культуры Анищенко М.С.

№	Содержание	Стр.
1	Результаты освоения курса внеурочной деятельности	3
2	Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	5
3	Тематическое планирование	6

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя 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 деятельности;

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 и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) 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;

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

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации

Предметные результаты:

1) знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;

2) знать о физических качествах и правилах их тестирования;

3) выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

4) владеть тактико-техническими приемами баскетбола;

5) знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;

6) владеть основами судейства игры в баскетбол

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1. «Теоретическая подготовка»

Правила техники безопасности при проведении занятий.

История рождения и развития баскетбола. Правила соревнований.

2. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости).

Круговая тренировка.

Подвижные игры.

3. «Техническая подготовка»

Стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок.

Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам

4. «Тактическая подготовка»

Групповые и командные действия в нападении.

Групповые и командные действия в защите.

5. Тестирование, контрольные испытания

Формы организации деятельности

- секция

Виды деятельности

- спортивно-оздоровительная

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество во часов	Дата
1	Правила техники безопасности.	1	
2	Медико-биологические исследования.	1	
3	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	1	
4	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	1	
5	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка.	1	
6	ОРУ. Контрольные испытания.	1	
7	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	1	
8	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний.	1	
9	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления.	1	
10	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления.	1	
11	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
12	ОРУ. Соревнования.	1	
13	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
14	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
15	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Общая характеристика спортивной тренировки. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	1	
16	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1	
17	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактика защиты. Командные действия в нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	
18	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактика защиты. Командные действия в нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	
19	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	

20	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
21	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Стойка защитника с выставленной ногой вперед.	1	
22	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	1	
23	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
24	ОРУ. Соревнования.	1	
25	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
26	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
27	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
28	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
29	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих	1	
30	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	1	
31	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
32	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
33	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	1	
34	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	
35	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактическая подготовка юного спортсмена.	1	
36	ОРУ. Соревнования.	1	
37	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
38	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
39	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1	
40	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение	1	

	защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.		
41	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1	
42	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	
43	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
44	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование применения изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	1	
45	ОРУ. Соревнования.	1	
46	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
47	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с изменением высоты отскока.	1	
48	Правила техники безопасности. Медико-биологические исследования.	1	
49	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.	1	
50	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	1	
51	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
52	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
53	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	
54	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
55	ОРУ. Учебно-тренировочная игра.	1	
56	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	1	
57	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
58	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
59	Правила соревнований. Судейство соревнований.	1	
60	ОРУ. Соревнования.	1	
61	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
62	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация	1	

	командных действий.		
63	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация командных действий.	1	
64	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.	1	
65	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.	1	
66	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях.	1	
67	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1	
68	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1	
69	ОРУ. Соревнования.	1	
70	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
71	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	1	
72	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	1	
73	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника овладения мячом.	1	
74	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника овладения мячом.	1	
75	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники ведения мяча.	1	
76	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1	
77	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
78	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника овладения мячом.	1	
79	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	1	
80	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	1	
81	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	1	
82	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в	1	

	зависимости от местонахождения мяча.		
83	ОРУ. Соревнования.	1	
84	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
85	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	1	
86	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.	1	
87	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	1	
88	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	1	
89	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях.	1	
90	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование изученных технических	1	
91	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1	
92	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Многократное выполнение технических приемов.	1	
93	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	1	
94	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.	1	
95	ОРУ. Соревнования.	1	
96	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.	1	
97	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	1	
98	ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.	1	
99-101	ОРУ. Контрольные испытания.	3	
102	ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Учебно-тренировочная игра.	1	
103-	Учебно-тренировочная игра	2	

104			
105	Промежуточная аттестация по итогам 2019-2020 учебного года	1	
	Итого	105	