

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**


**Министерство образования и науки Республики Бурятия**

**МУ Управления образования Прибайкальского района**

**МОУ "Ильинская средняя общеобразовательная школа"**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО:

Хандакова АВ 

«15» мая 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**


Заместитель директора  
по НМР:

Коляда О.В. 

«16» мая 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы:

Шараганова И.И. 

Приказ № 15  
от «17» мая 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Курса внеурочной деятельности «Секция «Баскетбол»**

для обучающихся 10-11 классов

с.Ильинка 2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности разработана в соответствии:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании».
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования
- Программа по внеурочной деятельности по баскетболу составлена на основе пособия Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский «Баскетбол в школе», Москва, «Просвещение», 1989
- ООП СОО МОУ «Ильинская СОШ»

Цели: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха.
3. Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом.
4. Обучение технике и тактике игры в баскетбол.
5. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).
6. Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.
7. Воспитание моральных и волевых качеств.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

*Личностными результатами* программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

*Метапредметными результатами* программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетболу» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

- *проговаривать* последовательность действий;

- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

*Коммуникативные УУД:*

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.



**Календарно-тематический план  
Баскетбол  
(2 часа в неделю)**

№	Раздел	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности	Дата	
					План	Факт
1	<i>Обучение технике передвижений, остановок, поворотов, стоек и ведения мяча (16 ч)</i>	Передвижение, остановка, повороты и стойки игрока.	2	Разминка с набивными мячами. Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд.		
2		Передвижение, остановка, повороты и стойки игрока.	2	Разминка с набивными мячами. Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Учебная игра.		
3		Передвижение, остановка, повороты и стойки игрока.	2	Разминка с набивными мячами. Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Учебная игра.		
4		Ведение мяча	2	Разминка с набивными мячами. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке, жонглирование мячом. На месте и в движении по прямой. Учебная игра.		
5		Ведение мяча	2	Разминка с набивными мячами. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке, жонглирование мячом. На месте и в движении по прямой. Учебная игра.		
6		Ведение мяча	2	Разминка с набивными мячами. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке, жонглирование мячом. На месте и в движении по прямой. Учебная игра.		
7		Ведение мяча	2	Разминка с набивными мячами. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке, жонглирование мячом. На месте и в движении по прямой. Учебная игра.		
8		Ведение мяча	2	Разминка с набивными мячами. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке, жонглирование мячом. На месте и в движении по прямой. Учебная игра.		

9	<i>Техника передачи и бросков (6 ч)</i>	Передачи и броски мяча	2	Разминка с набивными мячами. Передвижение игрока. Повороты с мячом. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Передача мяча одной рукой от плеча. Бросок мяча двумя руками от головы. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Учебная игра.		
10		Передачи и броски мяча.	2	Разминка с набивными мячами. Передвижение игрока. Повороты с мячом. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Передача мяча одной рукой от плеча. Бросок мяча двумя руками от головы. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Учебная игра.		
11		Передачи и броски мяча	2	Разминка с набивными мячами. Передвижение игрока. Повороты с мячом. Передача мяча двумя руками от груди на месте. Передача мяча одной рукой от плеча. Бросок мяча двумя руками от головы. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Учебная игра.		
12	<i>Техника штрафных бросков (10 ч)</i>	Штрафной бросок.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Штрафные броски разными способами. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра.		
13		Штрафной бросок.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Штрафные броски разными способами. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра.		
14		Штрафной бросок.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Штрафные броски разными способами. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра.		
15		Штрафной бросок.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Штрафные броски разными способами. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра.		
16		Штрафной бросок.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Штрафные броски разными способами. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра.		

1 7	<i>Тактик а защиты (8 ч)</i>	Групповые действия в защите.	2	Упражнения на развитие скорости и ловкости баскетболиста. Учебная игра.		
1 8		Групповые действия в защите.	2	Упражнения на развитие скорости и ловкости баскетболиста. Учебная игра.		
1 9		Индивидуальные тактические действия в защите	2	Индивидуальные тактические действия в защите по зонам. Развитие координации. Учебная игра.		
2 0		Индивидуальные тактические действия в защите	2	Индивидуальные тактические действия в защите по зонам. Развитие координации. Учебная игра.		
2 1	<i>Тактик а нападения (22 ч)</i>	Индивидуальные и групповые действия нападения.	2	Групповые взаимодействия. Командные действия в нападении. Взаимодействие игроков.		
2 2		Вырывание и выбивание мяча. Быстрый прорыв 2х1	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Вырывание и выбивание мяча из рук партнера; контролирование действия соперника на игровом поле. Быстрый прорыв 2х1. Учебная игра.		
2 3		Вырывание и выбивание мяча. Быстрый прорыв 2х1	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Вырывание и выбивание мяча из рук партнера; контролирование действия соперника на игровом поле. Быстрый прорыв 2х1. Учебная игра.		
2 4		Вырывание и выбивание мяча. Быстрый прорыв 3х2.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Вырывание и выбивание мяча из рук партнера; контролирование действия соперника на игровом поле. Быстрый прорыв 3х2. Учебная игра.		
2 5		Вырывание и выбивание мяча. Быстрый прорыв 3х2.	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Вырывание и выбивание мяча из рук партнера; контролирование действия соперника на игровом поле. Быстрый прорыв 3х2. Учебная игра.		

2 6		Передачи и броски мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Передачи мяча одной рукой от плеча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Подвижная игра «Тридцать три». Учебная игра.		
2 7		Передачи и броски мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	Разминка с баскетбольным мячом в парах Передачи мяча одной рукой от плеча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Подвижная игра «Тридцать три». Учебная игра.		
2 8		Индивидуальные тактические действия в нападении игрока	2	Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.		
2 9		Индивидуальные тактические действия в нападении игрока	2	Упр. для развития гибкости. Упр. для развития силы. Учебная игра.		
3 0		Отвлекающие действия при атаке	2	Переход от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Учебная игра.		
3 1		Отвлекающие действия при броске	2	Переход от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Учебная игра.		
3 2	<i>Игра по правилам с заданием (6 ч)</i>	Групповые действия в нападении	2	Обманные движения. Групповые действия в нападении. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.		
3 3		Командные действия в защите	2	Учебная игра с заданием.		
3 4		Командные действия в защите	2	Учебная игра с заданием.		
3 5		Командные действия в защите	2	Учебная игра с заданием.		



## Учебно-методическое и материально техническое обеспечение

### Литература для педагогов

1. «Баскетбол: теория и методика обучения : учебное пособие / Д.И. Нестеровский, М., ИЦ «Академия», 2007»
2. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д. Железняк, И.А. Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва, 2006
3. «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон, В.И. Лях - М.: Просвещение, 2001
4. «Физическая культура», В.П. Богословский, Ю.Д. Железняк, Н.П. Клусов - М.: Просвещение, 2002.
5. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И. Погадаев ФиС, 2000
6. «Теория и методика физической культуры Спб .издательство «Лань», 2003»
7. «Физическая культура » Н.В. Решетников Ю.Л. Кислицын Р.Л. Палтикевич Г.И. Погадаев ИЦ «Академия», 2008
8. «Общая педагогика физической культуры и спорта » - М.: ИД «Форум» , 2007

### Литература для детей

1. Баскетбол. Справочник болельщика / Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000. - 352 с.
2. Венгер Л.А. Педагогика способностей. - М.: Просвещение, 2003. - С. 79-81.
3. Жданов Л.Н. Возраст спортивных достижений // Теория и практика физ. культуры . - 2005.
4. Яхонтов Е.Р. Юный баскетболист. - М., 2001.