


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Владимирский Ровенского
муниципального района Саратовской области»

<p>СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УР МБОУ СОШ п. Владимирский <i>Сн / Р.З. Сагаева /</i> « <i>И</i> » <i>11</i> 20<i>21</i> г.</p>	<p>ПРИНЯТО на заседании педагогического совета Протокол № <i>2</i> от « <i>12</i> » <i>11</i> 20<i>21</i> г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ СОШ п. Владимирский <i>И.А. Савенко /</i> Приказ № <i>33</i> от « <i>12</i> » <i>11</i> 20<i>21</i> г.</p> 
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Сломнюк Ольги Ивановны
учителя физической культуры,
по внеурочной деятельности в ШСК «Надежда»

Рассмотрено
на заседании ШМО

Протокол № *1* от
« *10* » *нояб* 2021

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности «Баскетбол» реализуется в соответствии со следующими документами:

- Закона РФ «Об образовании» №122-ФЗ в последней редакции от 01.12.2007 № 313-ФЗ
- Федерального компонента государственного стандарта общего образования (Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004 №1089)
- изменений к федеральному компоненту (Приказ Министерства образования РФ №164 от 03.06.2008г.) – Закон РФ «О физической культуре и спорте» от 29.04.1999 № 80-ФЗ;
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 4.10.2000 г. № 751;
- Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года. Распоряжение Правительства РФ от 30.08.2002 г. № 1507-р.

Краткая характеристика предмета.

Образовательная программа «Баскетбол» имеет *физкультурно-спортивную направленность*, по уровню освоения программа *углублённая*, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Предлагаемая программа предназначена для спортивно-оздоровительных групп в командно-игровых видах спорта, в 5-11 классах по разделу «Баскетбол» школьной программы.

Новизна и оригинальность программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра "баскетбол", в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15 человек.

Психолого-педагогические особенности возрастной категории обучающихся

При организации и планировании занятий учитываются возрастные особенности детей:

Дети этой возрастной группы стремятся к общению со сверстниками, в поведении появляются признаки, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость.

Стремление подростков овладеть различными умениями способствует развитию чувства собственной умелости, компетентности и полноценности. Этот период характеризуется становлением избирательности, целенаправленности восприятия, устойчивого произвольного внимания и логической памяти. В это время активно формируется абстрактное, теоретическое мышление, усиливаются индивидуальные различия, связанные с развитием самостоятельного мышления. Идет становление нового уровня самосознания, который выражается в стремлении понять себя, свои возможности, свое сходство с другими детьми и свою неповторимость.

Программа «Баскетбол» адресована: детям – подросткам, обучающимся в 4-11-ых классах, от 10 до 18 лет

Уровень сложности: стартовый

Цель:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов – патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Задачи:

Образовательные:

- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта «Баскетболом», правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- Расширение спортивного кругозора детей.

Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Место и время проведения занятий:

Занятия школьного спортивного клуба «Надежда» проводятся в спортивном зале МБОУ СОШ п.Владимирский 2 часа в неделю с соблюдением всех инструкции по технике безопасности

Условия реализации программы секции спортивных игр.

Материально-технические условия:

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по баскетболу, пополнение материальной базы баскетбольными мячами, кольцами и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортивных игр ;

- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;

- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации:

- программы деятельности спортивной секции;

- тематического планирования секции спортивных игр.

Формы организации обучения:

- командная, малыми группами, индивидуальная.

Формы проведения занятий:

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;

- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;

- соревнования школьного, районного масштабов.

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности учащихся, занимающихся по данной программе;
- Участие в спартакиаде школы по баскетболу, формирование сборной команды школы для участия в Спартакиаде школьников;
- повышение уровня технической и тактической подготовки в данном виде спорта;
- устойчивое овладение умениями и навыками игры;
- развитие у учащихся потребности в продолжение занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции, после окончания школы;
- укрепление здоровья учащихся, повышение функционального состояния всех систем организма;
- умение контролировать психическое состояние.

Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной программы

№/п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Тема №1. Физическая культура и спорт в Российской Федерации.	1	—	1	—

2.	Тема №2. Отработка упражнений ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	1		1	текущий
3.	Тема №3. Передача мяча со сменой в тройке. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
4.	Тема №4. Ведение мяча шагом и бегом. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
5-6	Тема №5. Броски мяча по кольцу после ведения. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	контроль
7-8.	Тема №6. Ловля и передача мяча со сменой мест. Учебно-тренировочная игра.	1	1	2	текущий
9.	Тема №7. Передача мяча в движении парами. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
10-11.	Тема №8. Повороты на месте. Учебно-тренировочная игра.	1	1	2	текущий
12-13.	Тема №9. Ведение мяча с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	1	1	2	текущий
14.	Тема №10. Передача одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	контроль
15.	Тема №11. Броски после ловли с передачей. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
16.	Тема №12. Подготовка к товарищеской встрече. Товарищеская встреча.	-	1	1	текущий
17-18.	Тема №13. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	текущий
19-20.	Тема №14. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	текущий
21.	Тема №15. Повторение различных передач. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	контроль
22.	Тема №16. Штрафной бросок. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
23.	Тема №17. Прием мяча снизу после подачи. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
24.	Тема №18. Ведение мяча от кольца к кольцу. Учебно-тренировочная игра.		1	1	текущий
25.	Тема №19. Штрафной бросок по кольцу. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
26.	Тема №20. Участие в районных соревнованиях по баскетболу.	-	1	1	контроль
27.	Тема №21. Штрафной бросок по кольцу. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
28.	Тема №22. Опека игрока в зоне. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
29.	Тема №23. Штрафной бросок с линии штрафного броска. Учебно-тренировочная игра.		1	1	текущий

30.	Тема №24. Передачи в парах в движении. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
31-32.	Тема №25. Действие двух нападающих против одного защитника. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	контроль
33.	Тема №26. Броски после ведения и после подачи. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
34.	Тема №27. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
35.	Тема №28. Учебно-тренировочная игра 4x4.	-	1	1	текущий
36.	Тема №29. Учебно-тренировочная игра 5x5.	-	1	1	текущий
37.	Тема №30. Повторение различных приемов и передач мяча. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	контроль
38-39.	Тема №31. Броски по кольцу в прыжке. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	текущий
40-41.	Тема №32. Ловля мяча от щита. Учебно-тренировочная игра.	1	1	2	текущий
42.	Тема №33. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
43-44.	Тема №34. Различные передачи мяча в движении. Учебно-тренировочная игра 4x4, 5x5.	-	2	2	текущий
45.	Тема №35. Броски по кольцу с различных точек. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	контроль
46.	Тема №36. Зонная защита. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
47.	Тема №37. Броски по кольцу с различных точек. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
48-49.	Тема №38. Двусторонняя игра.	-	2	2	текущий
50.	Тема №39. Различные передачи в движении. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
51.	Тема №40. Броски по кольцу с различных точек. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	контроль
52.	Тема №41. Ловля мяча после отскока от щита. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
53.	Тема №42. Передача одной рукой в движении. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
54.	Тема №43. Совершенствование приемов передач. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
55-56.	Тема №44. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	текущий
57-58.	Тема №45. Взаимодействие игроков в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	контроль
59-60.	Тема №46. Практические действия в	-	2	2	текущий

	защите. Учебно-тренировочная игра.				
61.	Тема №47. Взаимодействие игроков в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
62.	Тема №48. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
63.	Тема №49. Соревнования по баскетболу на первенство школы.		1	1	текущий
64.	Тема №50. Повторение приемов ведения. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	контроль
65.	Тема №51. Повторение приемов броска в корзину. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
66.	Тема №52. Взаимодействие игроков в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра.	-	1	1	текущий
67-68.	Тема №53. Учебно-тренировочная игра.	-	2	2	Зачётная игра
69-72	Повторение изученного материала	2	2	4	игра
	Итого:	8	64	72	

Содержание изучаемого курса

Программа состоит из 2 разделов:

В соответствии с современной структурой физкультурного образования (Концепция развития структуры и содержания образования по физической культуре): **«Основы знаний о физкультурной деятельности»**, **«Физическое совершенствование»**. Таким образом, каждая учебная тема обязательного минимума содержания основных образовательных программ (дидактическая единица) последовательно изучается на трех уровнях: информационный (знания), операциональный (способы деятельности) и мотивационный (образцы движений, нормы, идеалы и т.д.). Это способствует достижению качества общего физкультурного образования школьников.

Раздел «Общая физическая подготовка» включает в себя пять подразделов, которые способствуют развитию двигательных способностей средствами базовых видов спорта (легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика с основами акробатики). Раздел «Технико-тактические действия» углубляет освоение технико-тактических действий в легкой атлетике, спортивных играх и гимнастике.

Освоения и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться словесными (диалог), наглядными (показ упражнения, компьютерная демонстрация) методами. Для развития двигательных способностей использую следующие методы: метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности, метод круговой тренировки, игровой метод, соревновательный метод, непредельных усилий, строго регламентированного упражнения, повторный метод, вариативный метод. Формы организации деятельности учащихся на секции: в вводно-подготовительной и заключительной частях – фронтальная, в основной – групповая и индивидуальная.

Основные требования к уровню подготовленности учащихся

В результате изучения на занятиях и во внеурочной деятельности учащиеся должны:

Знать

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, городе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь

- Овладеть основными техническими приемами баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Список литературы

Литература для учителей

1. Практикум по легкой атлетике/ под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова.- М., 2016.
2. Легкая атлетика в школе/ под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого.- М., 2017.
3. Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры/ под ред. Найминова.- М., 2015.
4. Методика преподавания гимнастики в школе.- М., 2015.
6. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе.- М., 2015.
7. Настольная книга учителя физической культуры/ под ред. Л.Б. Кофмана.- М., 2010

Литература для обучающихся:

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.- 15-е издание. В.С. Родиченко и др.- М, ФиС 2015. 144 с.
2. Спортивные игры под ред. О. Листов.- М., 2016.