

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ТУЛУНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВЛАДИМИРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № _____
от «__» _____ 201_ г.

**Дополнительная общеразвивающая
программа
«Баскетбол»**

для учащихся 7-11 классов

Образовательная область: «физическая культура»

Разработал:
Штык К.Н.
учитель физической культуры

2023 г

Рабочая программа секции «Баскетбол» для учащихся 7 – 11 классов разработана на основе требований к результатам освоения ООП ООО МОУ «Владимировская СОШ» с учетом программ, включённых в нее.

1. Планируемые результаты секции «баскетбол» (личностные, метапредметные, предметные)

Личностные УУД

Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции.

1. знание основных положений Конституции РФ, основных прав и обязанностей гражданина, ориентация в правовом пространстве государственно-общественных отношений;
2. Использовать свои интересы для выбора индивидуальной образовательной траектории, потенциальной будущей профессии и соответствующего профильного образования.
3. Уважение личности, ее достоинства, доброжелательное отношение к окружающим.
4. сформированность потребности в самовыражении и самореализации, социальном признании;
5. готовность к выбору профильного образования;
6. Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.
7. Способность выбирать поступки в различных ситуациях, опираясь на общечеловеческие, российские, национальные и личные представления о нормах морали.

Регулятивные УУД

Умение организовывать свою учебную деятельность способность использования УУД в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории

1. Самостоятельно выработать и применять критерии и способы дифференцированной оценки собственной учебной деятельности;
2. Осуществлять самоконтроль в организации учебной и вне учебной деятельности;
3. Прогнозировать будущие события и развитие процесса;
4. Принимать ответственность за свой выбор организации своей учебной деятельности

Познавательные УУД

Включают Общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем.

1. умение строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания);
2. умение устанавливать причинно-следственных связей, строить логические цепи рассуждений, доказательств;
3. выдвижение гипотез, их обоснование через поиск решения путем проведения исследования с поэтапным контролем и коррекцией результатов работы;
4. объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования;

Коммуникативные УУД

Умение общаться, взаимодействовать с людьми, самостоятельно планировать и осуществлять учебное сотрудничество с педагогами и сверстниками

1. разрешать конфликты через выявление, идентификацию проблемы, поиск и оценку альтернативных способов разрешения конфликта, принимать решение и реализовывать его;
2. управлять поведением партнера через контроль, коррекцию, оценку действий, умение убеждать;
3. интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие с людьми разных возрастных категорий;
4. переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий;
5. стремиться устанавливать доверительные отношения взаимопонимания.

Предметные результаты

Выпускник научится:

1. планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием
2. средств физической культуры;
3. изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
4. представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
5. измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
6. оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
7. организация и проведение со сверстниками спортивных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
8. бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
9. организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
10. характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряженности во время занятий по развитию физических качеств;
11. взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
12. объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
13. подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
14. нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
15. выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
16. выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
17. выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

18. основные линии на площадке.
19. Основные правила игры в баскетбол.
20. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
21. применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а так же применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол.

Выпускник получит возможность научиться:

1. самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;
2. построению жизненных планов во временной перспективе;
3. при планировании достижения целей самостоятельно, полно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
4. выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;
5. основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
6. осуществлять познавательную рефлексии в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;
7. адекватно оценивать объективную трудность как меру фактического или предполагаемого расхода ресурсов на решение задачи;
8. адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;
9. основам саморегуляции эмоциональных состояний;
10. прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.

2. Содержание учебного предмета

В программе прослеживается углубленное изучение данного вида спорта с расширенным применением специальных упражнений на развитие координационных способностей. Она решается руководителем секции на основе изучения каждого занимающегося, прогнозирования его развития и комплексного воздействия на формирование личности в учебном коллективе. Это осуществляется при обязательном учебно-педагогическом контроле в процессе обучения. Руководителем секции систематически отслеживается реакция учащихся на предлагаемую нагрузку, проводится наблюдение за самочувствием и выявление признаков утомления и перенапряжения.

Программа разработана на основе типовой программы для внешкольных учреждений и образовательных школ И.А. Водяниковой, под редакцией С.М. Зверева, 1986 год и примерной программы по баскетболу для детско-юношеских школ, 2004 год.

Дополнительная образовательная программа физкультурно-спортивной направленности.

Последовательность изучения: овладением техникой двигательных действий и тактическими приемами по данной специализации. Заниматься в секции могут учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Основная задача руководителя спортивной секции – всестороннее развитие учащихся в процессе овладения физической культурой.

Учитель физической культуры, реализующий данную программу, ориентирует свою деятельность на такие важные компоненты как: воспитание моральных и волевых качеств; формирование гуманистических отношений; приобретение опыта общения;

формирование потребности и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями; воспитание целостной ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.

Форма подведения итогов: начальная, промежуточная, итоговая. Способы определения их результативности: определяется умением играть в баскетбол, в том числе и на различных праздничных мероприятиях: весёлые старты, спортивные эстафеты, фестиваль игр, спортивный праздник «День здоровья».

В процессе обучения школьникам прививаются умения и навыки: гигиена спортивной одежды и обуви, гигиена питания, режима дня, техника безопасности и самоконтроль.

Новизной решения данной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы, формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Оценкой результата могут быть коллективизм, целеустремлённость, самостоятельность, ответственность за свои действия, стремление к здоровому образу жизни.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Баллы	юноши	девушки			
Инструктаж по Т.Б			10		
Спортивная форма и обувь			10		
Учет высоты подскока, см	30;25;20	25;20;15	5	4	3
Учет прыжка в длину с места, см	179; 178-135; 134	164; 163-125; 124	5	4	3
Учет передачи мяча двумя руками от груди за 30 сек	30; 25; 20	25; 20; 15	5	4	3
Учет ведения мяча змейкой с последующим броском в корзину	6;9;12	8;11;14	5	4	3
Учет броска мяча в корзину с двух шагов из 5 бросков	4;3;2	4;3;2	5	4	3
Учет броска мяча в корзину с 2 метров одной или двумя руками из 5 бросков	4;3;2	4;3;2	5	4	3
		Итого	50	24	18

3. Тематический план

«Баскетбол»

(3 часа в неделю, всего 102 часа)

№	Темы разделов	Количество часов
1	Гигиенические требования к одежде и обуви. Самоконтроль.	2
2	Основные правила игры в баскетбол. Жесты судей.	5
3	Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра.	8
4	ОРУ на силу и гибкость, ведение мяча с изменением	16

	направления, вокруг стоек.	
5	Броски в кольцо из различных точек, ловля и передача мяча на месте и в движении.	17
6	Передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами.	12
7	Учебно-тренировочная игра.	42
ИТОГ		102

Календарно-тематическое

Планирование

№ урока	№	Тема занятия	Коли чест во часо в	дата	
				планир уемая	фактич еская
1	1	Гигиенические требования к одежде и обуви. Самоконтроль.	1		
2	2	Основные правила игры в баскетбол. Жесты судей.	1		
3-4	3-4	Основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Жесты судей.	2		
5-12	5-12	Ведение мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра.	8		
13-15	13-15	ОРУ на силу и гибкость, ведение мяча с изменением направления, вокруг стоек.	3		
16-19	16-19	Броски в кольцо из различных точек, ловля и передача мяча на месте и в движении.	4		
20-23	20-23	ОРУ с набивными мячами. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	4		
24-33	24-33	Броски в кольцо в движении. Учебно-тренировочная игра.	10		
34-40	34-40	Передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами.	7		
41-42	41-42	Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.	2		
43-45	43-45	ОРУ на силу и гибкость, прыжковые упражнения.	3		

46-48	46-48	ОРУ с набивными мячами, прыжковые упражнения.	3		
49-58	49-58	Учебно-тренировочная игра.	10		
59-63	59-63	Эстафеты с быстрым изменением характера движения. Действия игроков в нападении и защите.	5		
64-69	64-69	Учебно-тренировочная игра.	6		
70-73	70-73	Эстафеты с быстрым изменением характера движения. Действия игроков в нападении и защите.	4		
74-76	74-76	Рывки вперед, перемещения из различных исходных положений.	3		
77-80	77-80	Броски в кольцо из различных точек.	4		
81-86	81-86	Учебно-тренировочная игра.	6		
87-90	87-90	Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков.	3		
91-92	91-92	Судейство игр во время секционных занятий.	2		
93-97	93-97	Учебно-тренировочная игра.	4		
98-99	98-99	Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом.	2		
100-102	100-102	Учебно-тренировочная игра.	3		

Список литературы

1. Водяникова И.А. Программы для внешкольных учреждений и образовательных школ М.: Физкультура и спорт. 1986г.
2. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физической культуре. М.: ВАКО. 2007 г.
3. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. М.: Просвещение. 2011г.
4. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика. М.: Просвещение. 2011г.
5. Креев В.А. Тройной прыжок. М.: Физкультура и спорт. 1971г.
6. Линдеберг Ф. Баскетбол. Игры и обучение. М., «Физкультура и спорт», 2000 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ВЛАДИМИРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА",
Бысько Наталья Николаевна, Директор

26.12.23 09:25 (MSK)

Сертификат 8C393437AE08F2B0A36A60FDFFEF28550