Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Степановская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ «Степановская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А. Андреев

Приказ от 29.08 2017 г. № 1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

спортивного направления по баскетболу

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей: 11-12 лет

Руководитель: Коптыгина Наталья Владимировна,

учитель технологии

2017-2018 год

**Пояснительная записка**

 Учебная программа спортивно-оздоровительной направленности предназначена для организации занятий по баскетболу во внеурочной деятельности школьников.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

- Федеральный закон РФ № 273-ФЗ от 29.12.2012 “Об образовании в Российской Федерации”.

- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (Электронный ресурс - http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=4263)

- Фундаментальное ядро содержания общего образования, 2011 г.

- Приказ Министерства образования и науки от 06.10.2009 г. №373 “Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО”

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 26.11.2010 г. №1241 “О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. №373”.

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 № 1897 “Об утверждении ФГОС ООО”.

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 “От утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 “Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях”.

- Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / [сост. Е.С.Савинов].—2-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2010. — 204 с. — (Стандарты второго поколения).

- Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа, 2011 г.

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”.

 Игра – как форма активности занимает значительное место в жизни ребенка. Игра – формирует личность ребенка. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Упражнения с мячами развивают у детей общую и мелкую моторику рук, координацию движений, точность, развитие быстроты движений, скоростно-силовые способности. Занятие спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и раз­витию определенных физических качеств, но и по воспитанию ин­теллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс ус­воения любого, особенно сложного двигательного действия не­разрывно связан с активной умственной работой.

 Данная программа рассчитана для обучающихся 5 - 6 классов, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья и имеющие медицинский допуск врача. Занятия внеурочной деятельности проводятся в форме урока во второй половине дня.Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в баскетбол.

Федеральный базисный план отводит 68 часов для образовательного изучения программы «Баскетбол» в 5-6 классе из расчёта 2 часа в неделю. В соответствии с этим реализуется программа в 5-6 классах в объеме 68 часов.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы внеурочной деятельности, новизна:**

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время баскетбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

**Новизна**:

Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных, и личностных результатов. В данной программе представлен авторский вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС во внеурочной деятельности.

 Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскет­бол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, фор­мирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

 Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не толь­ко для физического, но и нравственного воспитания детей, осо­бенно для развития познавательных интересов. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружа­ющей действительности, воспитания чувства коллективизма.

 Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потен­циала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

**Форма обучения** – групповая, индивидуальная.

**Методы обучения** – игровой, соревновательный.

**Форма контроля** – тестирование, контрольные испытания.

**Формы подведения итогов** реализации программы внеурочной деятельности:

– школьные соревнования среди параллелей своих классов;

– участие в муниципальных соревнованиях;

– участие в окружных и городских соревнованиях.

**УМК:**

1. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов /Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, - М.: Просвещение, 2013. -112с.: ил. - (Работаем по новым стандартам).
2. Баскетбол в школе. Пособие для учителя. М., “Просвещение”, 1976. 111 с. авт.:В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников.
3. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст]. - М.: Советский спорт. 2005. -112 с.
4. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект. - 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011. -61 с. - (Стандарты второго поколения).
5. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева. - Волгоград: Учитель, 2011. – 251 с.

**Цели и задачи**

 Обучения игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

 Основной **целью** программы является содействие возможности в повышении ра­ботоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

 Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей развития баскетбола, освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;

- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в сис­тематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости,  скоростно-силовых качеств.

**Содержание программы**

**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**

**Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| Программный материал | **Количество часов** |
| Теоретическая подготовка | В процессе занятий |
| 1 | Правила техники безопасности при проведении занятий. |
| 2 | История рождения и развития баскетбола. |
| Общая физическая подготовка | На каждом занятии  |
| 1 | Развитие силы |
| 2 | Развитие быстроты |
| 3 | Развитие выносливости |
| 4 | Развитие ловкости |
| 5 | Развитие гибкости  |
| Техническая подготовка | **48** |
| 1 | Стойки баскетболиста | 4 |
| 2 | Перемещения по площадке | 4 |
| 3 |  Ведение мяча | 12 |
| 4 | Передачи мяча  | 12 |
| 6 | Броски мяча | 16 |
| Тактическая подготовка | **20** |
| 1 | Групповые действия в нападении  | 4 |
| 2 | Командные действия в нападении | 4 |
| 3 | Групповые действия в защите | 4 |
| 4 | Командныедействия в защите | 4 |
| **Тестирование, контрольные испытания** | **4** |
| **Итого** | **68** |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № УРОКА | Тематика урока | Количество часов | Тип урока (форма и вид деятельности) | Основные элементы содержания программы | Результаты освоения учебного материала (в соответствии с ФГОС) | Вид контроля, измерители | Освоение предметных знаний (базовые понятия) | Дата проведения |
| План | Факт |
| 1 | Знания о игре баскетбол | 2 | Урок «открытия» нового знания; | Техника безопасности | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.  |  | Общие сведения Правила игры  |  |  |
| 2 | ОФП | 2 | Урок «открытия» нового знания; | обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения. | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу. |  | Изучение понятий «шеренга» и «колонна» |  |  |
| 3-4 | Технические действия баскетболиста | 2 | Урок постановки учебной задачи | Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре | Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения |  | Стойка игрокаПередвижение различным способом |  |  |
| 5-6 | Технические действия баскетболиста | 2 | Урок постановки учебной задачи | Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре | Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения |  | Ведение мячаПравила игры |  |  |
| 7-8 | Специальная физическая подготовка | 2 | урок отработки умений | Ведение мяча на месте с разной высотой отскока | Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. |  | Ведение мячаПравила игры |  |  |
| 8-10 | Техническая и тактическая подготовка | 2 | урок отработки умений | Стойка и передвижение игрока | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу. |  | приемы игрыразвитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач. |  |  |
| 11-12 | Техническая и тактическая подготовка | 2 | Урок отработки умений | Стойка и передвижение игрока | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу. |  | Тактическое мышление, быстрота реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач. |  |  |
| 13-14 | Техническая и тактическая подготовка | 2 | Урок отработки умений | Ведение мяча правой и левой рукой на месте | Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;- обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе;- переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий.Регулятивные:- содержательная наполненность и конкретность целей;- определенность временного интервала достижения целей;- проявление активности в достижении поставленных целей.способность личности к полноценному решению задач |  | ЭстафетаПробежка Ведение |  |  |
| 15-16 | Ведение мяча | 2 | урок отработки умений | Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу. |  | приемы игрыразвитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач. |  |  |
| 17-18 | Ведение мяча | 2 | Урок отработки умений | Ведение мяча с разной высоты отскока. Остановка прыжком | Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;- обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе;- переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий.Регулятивные:- содержательная наполненность и конкретность целей;- определенность временного интервала достижения целей;- проявление активности в достижении поставленных целей.способность личности к полноценному решению задач |  | ЭстафетаПробежка Ведение  |  |  |
| 19-20 | Ведение мяча | 2 | Урок открытия нового знания | Ведение мяча с изменением направления движения | Коммуникативные готовность адекватно реагировать на нужды других; в частности, оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельностиРегулятивные:Развитие степени уверенности в своей возможности осуществить определенную деятельность |  | Направление движенияПравила Ведение  |  |  |
| 21-22 | Индивидуальная работа с мячом | 2 | Комбинированный | Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом. | Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работыРегулятивные:Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатамПознавательныеУметь повторить упражнения с мячом в одиночку |  | ВедениеПравила эстафеты |  |  |
| 23-24 | Технические и тактические действия | 2 | Подвижные игры с мячом | Различные способы ведения мяча. Подвижные игры с элементом баскетбола. | Коммуникативные Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мираРегулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку |  | Правила игрыВедение  |  |  |
| 25-26 | Техническая и тактическая подготовка | 2 | Урок отработки умений | Передача мяча одной рукой от плеча. Различные способы ведения мяча. | Коммуникативные Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работыопределение цели и функций участников, способов взаимодействия планирование общих способов работыРегулятивные:Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатамПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения |  | Техническая и тактическая подготовкаПередача  |  |  |
| 27-28 | Общефизическая подготовка | 2 | Урок контроля умения и навыков | Техника выполнения | Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другуУстанавливать рабочие отношенияРегулятивные:Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстниковПознавательныеУметь рассказать о проведении тестирования упражнений |  | Подтягивание прыжок в длину с места челночный бег |  |  |
| 29-30 | Бросок мяча одной рукой от плеча | 2 | Урок открытия нового знания | Повторение и закрепление ведения, передачи мяча  | Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другуУстанавливать рабочие отношенияРегулятивные:Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстниковПознавательныеУметь выполнять броски и ведение мяча |  | Высота отскокаБросок Передача  |  |  |
| 31-32 | Эстафеты | 2 | Урок отработки умений | Повторение и закрепление элементов баскетбола | Коммуникативные - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;- обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе;- переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий.Регулятивные:- содержательная наполненность и конкретность целей;- определенность временного интервала достижения целей;- проявление активности в достижении поставленных целей.способность личности к полноценному решению задач |  | ЭстафетаПробежка ПередачаБросок в прыжке |  |  |
| 33-34 | Штрафной бросок | 2 | Урок открытия нового знания | Освоение приемов игры  | Коммуникативные Сохранять доброжелательное отношение друг к другуУстанавливать рабочие отношенияРегулятивные:Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстниковПознавательныеУметь выполнять броски и ведение мяча |  | Штрафной бросок  |  |  |
| 35-36 | Бросок в кольцо | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепления навыков | Коммуникативные Регулятивные:Познавательные |  | Штрафной бросок |  |  |
| 37-38 | Броски в кольцо в движении | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять броски в движении |  | Штрафной бросок Бросок в движении |  |  |
| 39-40 | ОФП | 2 | Урок отработки умений и навыков | Учет знаний по техническим приемам в баскетболе | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерствоРегулятивные: Сохранять доброжелательное отношение друг к другуУстанавливать рабочие отношенияПознавательные: Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку |  | Ведение Передача Броски  |  |  |
| 41-42 | Взаимодействие игроков в нападении | 2 | Урок открытия нового знания | Закрепления навыков нападения  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты |  | Нападение |  |  |
| 43-44 | Взаимодействие игроков в защите | 2 | Урок открытия нового знания | Закрепление навыков защиты  | Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. |  | Защита  |  |  |
| 45-46 | Взаимодействие игроков в защите | 2 | Урок открытия нового знания | Закрепление навыков защиты  | Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. |  | Защита  |  |  |
| 47-48 | Взаимодействие игроков в нападении и защите | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепление навыков защиты и нападения | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеЗнать правила игры баскетбол |  | НападениеЗащита Правила  |  |  |
| 49-50 | Мини-баскетбол | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепления навыков нападения и защиты  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты |  | Штрафной бросок Помеха попаданию мячаПерехват Бросок мяча |  |  |
| 51-52 | Мини-баскетбол | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепление технических и тактических приемов  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты |  | Штрафной бросок Помеха попаданию мячаПерехват Бросок мяча |  |  |
| 53-54 | Учебная игра | 2 | Урок отработки умений и навыков | Освоение приемов игры | Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.Познавательные: знать правила игры баскетбол |  | Броски мячаНападение Защита  |  |  |
| 55-56 | Тестирование | 2 | Урок контроля и оценки | Тестирование подтягивание метание челночный бег | Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. | Тестирование | Прыжки в длинуМетаниеПодтягивание  |  |  |
| 57-58 | Мини-баскетбол | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепления навыков нападения и защиты  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты |  | Штрафной бросок Нападение быстрым прорывом Помеха попаданию мячаПерехват Бросок в прыжке |  |  |
| 59-60 | Взаимодействие игроков в нападении и защите | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепление навыков защиты и нападения | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеЗнать правила игры баскетбол |  | НападениеЗащита Правила  |  |  |
| 61-62 | Мини-баскетбол | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепления навыков нападения и защиты  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты |  | Штрафной бросок Помеха попаданию мячаПерехват Бросок мяча |  |  |
| 63-64 | Итоговое занятие  | 2 | Урок отработки умений и навыков | Закрепления навыков нападения и защиты  | Коммуникативные Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)Регулятивные:Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цельФормировать умение контролировать свою деятельность по результатуПознавательныеУметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты |  | Штрафной бросок Помеха попаданию мячаПерехват Бросок мяча |  |  |
| 65-6667-68 | **Тестирование, контрольные испытания - 4 часа** |

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**Ожидаемые результаты** освоения обучающимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными  и предметными результатами:

**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 ходе реализации программы по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике:

–Правила техники безопасности при проведении занятий.

– Историю рождения и развития баскетбола.

– Основы спортивной тренировки – методы обучения.

– Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена. Правила соревнований. Судейство соревнований.

– **Технические умения:**

 Ведение мяча правой и левой рукой.

 Ведение с разной высотой отскока и с изменением направления.

 Передачи мяча.

 Ловли мяча.

 Броски мяча.

 Штрафной бросок.

 Специальные упражнения и комбинации.

 Эстафеты.

– **Тактические знания:**

 Индивидуальная тактика.

 Тактика игры в защите.

 Тактика игры в нападении.

 Правила игры.

 Баскетбольная терминология.

– **Физическая подготовка:**

 Упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости.

– **Морально – волевая подготовка:**

В результате реализации программы внеурочной деятельностипо спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» у обучающихся развиваются такие качества как: товарищество, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким, привычки подчинять свои действия интересам коллектива, развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

  По окончании курса обучающиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий по баскетболу, сформировать первичные навыки судейства.

**Показатели двигательной подготовленности по окончании первого года**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения  | мальчики | девочки |
| уровень | уровень |
| Высокий | Выше среднего | Средний | Высокий | Выше среднего | Средний |
| Челночный бег 3 х 10м /сек/ | 8,1 | 8,6 | 9,1 | 8,6 | 9,1 | 9,6 |
| Прыжок в длину с места /см/ | 190 | 175 | 160 | 175 | 165 | 150 |
| Подтягивание на перекладинеиз виса и виса лежа /раз/ | 6 | 5 | 3 | 11 | 8 | 5 |
| Поднимание туловища, лёжа на спине /30 сек/ | 23 | 21 | 17 | 23 | 20 | 17 |
| Прыжки через скакалку /1мин/ | 120 | 105 | 100 | 125 | 115 | 105 |
| Кросс 1000м (23 кр. в зале) /мин/ | 5.15 | 5.30 | 5.50 | 5.30 | 6.00 | 6.30 |
| Бросок н/мяча 1кг /см/ | 800 | 700 | 600 | 700 | 600 | 550 |

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УМРРезвых Т.П. /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/« 29 » августа 2017 года | ПРИНЯТОРешение педагогического советаМБОУ «Степановская СОШ» от « 29 » августа 2017 г. № 1 |
|  |  |