

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кузбасса
Управление образования Березовского городского округа
МБОУ «Лицей № 17»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО

ФИО
Протокол №
от «___» _____ 20__

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УМР

ФИО
Протокол №
от «___» _____ 20__

УТВЕРЖДЕНО
Директор

ФИО
Приказ №
от «___» _____ 20__

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности «Баскетбол»
для 5 – 9 классов

Составитель:
Артемук А.В.,
учитель физической культуры

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Обучающийся научится:

- раскрывать базовые понятия и термины игры в баскетбол, применять их в процессе игры со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям игры в баскетбол, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками.

Обучающийся получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- проводить соревнования по баскетболу с использованием спортивной терминологии;
- выполнять технико-тактические действия в ходе игры;
- осуществлять судейство игры в баскетбол;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;
- точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий.

Содержание курса внеурочной деятельности

Основы знаний.

Правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях по баскетболу. Тактические действия в баскетболе.

Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.

Обучение двигательным действиям без мяча.

Передвижения и остановки без мяча.

Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево.

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.

Скоростные рывки из различных исходных положений.

Остановки: двумя шагами, прыжком. Прыжки, повороты вперед, назад.

Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки).

Обучение техническим приемам игры с мячом.

Держание мяча. Стойка игрока. Ловля мяча.

Ловля мяча двумя руками на уровне груди.

Передача мяча.

Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.

Ведение мяча.

Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении).

Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении). Ведение мяча с изменением направления движения.

Броски мяча.

Бросок двумя руками от груди с места. Бросок одной рукой от плеча с места.

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Сочетание приёмов без броска мяча в кольцо. Сочетание приёмов с броском мяча в кольцо.

Тактика игры.

Двусторонняя учебная игра.

Подвижные игры и эстафеты.

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

Игры, развивающие физические способности.

Физическая подготовка.

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов			Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	теория	практика		
1	Основы знаний.	4	2	2	Беседы, выполнение ОРУ, практические занятия, эстафеты, соревнования, индивидуальные и групповые тренировки, занятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2	Обучение двигательным действиям без мяча.	6	2	4		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3	Обучение техническим приёмам игры с мячом.	10	4	6		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
4	Тактика игры.	4	2	2		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
5	Подвижные игры и эстафеты.	6	-	6		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
6	Физическая подготовка.	4	-	4		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Всего		34	10	24		

6 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов			Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теория	практика		
1	Основы знаний.	3	2	1	Беседы, выполнение ОРУ, практические занятия, эстафеты, соревнования,	http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2	Обучение двигательным действиям без мяча.	6	2	4	индивидуальные и групповые тренировки, занятия коммуникативного характера, решение	http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3	Обучение техническим приёмам игры с мячом.	10	4	6	ситуативных задач, оценка результатов подготовки.	http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
4	Тактика игры.	4	1	3		http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
5	Подвижные игры и эстафеты.	6	-	6		http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
6	Физическая подготовка.	5	-	5		http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Всего		34	9	25		

7 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов			Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	теория	практика		
1	Основы знаний.	2	2	-	Беседы, выполнение ОРУ, практические занятия, эстафеты, соревнования, индивидуальные и групповые тренировки, занятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.	http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2	Обучение двигательным действиям без мяча.	4	-	4		http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3	Обучение техническим приёмам игры с мячом.	10	2	8		http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
4	Тактика игры.	8	2	6		http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
5	Подвижные игры и эстафеты.	6	-	6		http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
6	Физическая подготовка.	4	-	4		http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Всего		34	6	28		

8 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов			Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	теория	практика		
1	Основы знаний.	2	1	1	Беседы, выполнение ОРУ, практические занятия, эстафеты, соревнования, индивидуальные и групповые тренировки, занятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.	http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2	Обучение двигательным действиям без мяча.	2	-	2		http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3	Обучение техническим приёмам игры с мячом.	6	2	4		http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
4	Тактика игры.	12	2	10		http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
5	Подвижные игры и эстафеты.	4	-	4		http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
6	Физическая подготовка.	4	-	4		http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
7	Судейская практика	4	2	2		http://www.fizkulturavs-hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Всего		34	7	27		

9 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов			Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Воспитательный компонент
		Всего	теория	практика			
1	Основы знаний.	2	2	-	Беседы, выполнение ОРУ, практические занятия,	http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/	-Знания об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных
2	Обучение двигательным действиям без мяча.	6	-	6	эстафеты, соревнования, индивидуальные и групповые тренировки,	http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/	возможностях организма, -знания по организации проведения занятий
3	Обучение техническим приёмам игры с мячом.	8	-	8	занятия коммуникативного характера, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.	http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/	физическими упражнениями оздоровительной тренировочной направленности,
4	Тактика игры.	4	-	4		http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/	составлению содержания индивидуальных занятий
5	Подвижные игры и эстафеты.	4	-	4		http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/	в соответствии с задачами улучшения
6	Физическая подготовка.	4	-	4		http://www.fizkulturavs hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/	физического развития и физической подготовленности.
7	Судейская практика	6	2	4			
Всего		34	4	30			