

Министерство образования Самарской области

Отраденское управление МО СО

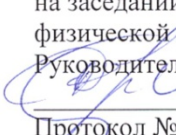
ГБОУ СОШ № 2 "ОЦ" с. Кинель-Черкассы"

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей

физической культуры

Руководитель ШМО

/Семёнов С.В./

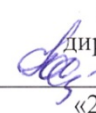
Протокол № 1 от 27.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

на заседании ШМС

Заместитель

директора по УВР

/Старкова Ю. В./

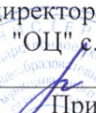
«29» 08 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

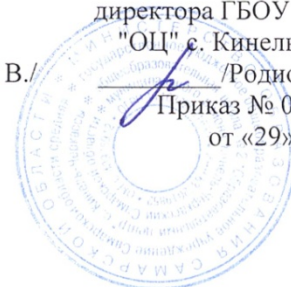
Исполняющий обязанности

директора ГБОУ СОШ № 2

"ОЦ" с. Кинель Черкассы

/Родионова И.Р./

Приказ № 01-139/1-од
от «29» 08 2025 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА "АЛЬФА"**

(ID 1110975)

модуль «Спортивные игры-Баскетбол»

для обучающихся 4 классов

с. Кинель-Черкассы, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативную правовую основу для разработки настоящей рабочей программы по курсу внеурочной деятельности «Баскетбол» составляют следующие документы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №-273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897) в действующей редакции;
- Примерная программа «Внеурочная деятельность учащихся : Баскетбол (ФГОС)» авторов В. С. Кузнецова, Г. А. Колодницкого (М.: Просвещение, 2013г.)

Программа курса внеурочной деятельности «Баскетбол» является неотъемлемой частью основной образовательной программы основного общего образования МКОУ «Тёткинская СОШ №1».

На изучение курса внеурочной деятельности «Баскетбол» в 4 классе на 2024-2025 учебный год отводится 1 час в неделю, всего - 34 часа в год.

Программа включает пояснительную записку, в которой раскрываются цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Баскетбол», даётся общая характеристика курса, раскрываются основные подходы к отбору содержания курса, характеризуются его основные содержательные линии.

Программа устанавливает требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по баскетболу на личностном, метапредметном и предметном уровнях.

Программа определяет содержание курса внеурочной деятельности «Баскетбол», содержит тематический план. Одним из средств физического воспитания являются спортивные игры.

Баскетбол - один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений. Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом.

Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Программа по баскетболу для обучающихся 4 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об актуальности программы. Программа спортивно-оздоровительного направления «Баскетбол» во внеурочной деятельности для обучающихся 4 классов по своему содержательному наполнению ориентируется на укрепление здоровья школьников, целью, которой является:

- способствовать всестороннему физическому развитию;
- способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.

В соответствии с целями данной программы можно сформулировать три группы задач, направленных на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов.

Основные задачи:

1. Оздоровительная задача.

- Укрепление здоровья.
- Совершенствование физического развития.

2. Образовательная задача.

- Обучение основам техники и тактики игры в баскетбол.
- Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- Формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

3. Воспитательная задача.

- Воспитание моральных и волевых качеств
- Формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «БАСКЕТБОЛ»

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно **метапредметными** и **предметными результатами**.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;
- Умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Универсальные учебные действия:

Познавательные:

- определяют, где применяют действия с мячом,
- используют общие приёмы решения поставленных задач,
- ставят и формулируют проблемы,
- ориентируются в разнообразии способов решения задач.

Регулятивные:

- принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре,
- принимают инструкцию педагога и четко следуют ей,
- осуществляют итоговый и шаговый контроль,
- выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и

условиями её реализации,

- используют установленные правила контроля способ решения,
- планируют свои действия.

Коммуникативные:

- договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности,
- ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии,
- формулируют собственное мнение и позицию,

Личностные:

- проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей,
- умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,
- оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить общий язык и общие интересы,
- самоанализ и самооценку результата,
- понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться,
- раскрывают внутреннюю позицию школьника.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активной культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать, как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия баскетболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Основы знаний (теоретическая часть):

- Основы истории развития баскетбола в России;
- Сведения о строении и функциях организма человека;
- Правила игры в баскетбол
- Места занятий, инвентарь.

Общефизическая подготовка (практическая часть):

- Строевые упражнения;

- Гимнастические упражнения;
- Легкоатлетические упражнения;
- Подвижные и спортивные игры.

Специальная физическая подготовка (практическая часть):

- Упражнения для привития навыков быстрой ответных действий;
- Подвижные игры;
- Упражнения для развития прыгучести;
- Упражнения для развития качеств, необходимых при ловле и передаче мяча;
- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении бросков мяча;

Техника нападения (практическая часть):

- Перемещения и стойки;
- Действия с мячом. Передача мяча;

Техника защиты:

- Действия без мяча: остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок.

Тактическая подготовка. Тактика нападения:

- Индивидуальные действия
- Командные действия

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия
- Командные действия

Контрольные игры и соревнования: теоретическая часть

- Правил соревнований

практическая часть:

- Соревнования по подвижным играм с элементами баскетбола
- Учебно-тренировочные игры

Физическая подготовленность

№п/п	Содержание требований (виды испытаний)
1	Бег 60 м с высокого старта (с)
2	Поднимание и опускание туловища за 30 сек
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
4	Прыжок вверх с места (см)
5	Прыжок в длину с места (см) Челночный бег 3х10 м

Техническая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Передвижения в защитной стойке 6*5м (сек)	13.7
2	Техника штрафногоброска	6
3	2-хшажная техника броска без сопротивления 10справа, 10слева(раз)	6/6

ТЕМАТИЧЕСКОЕПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Кол- во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Перемещения	8	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры вбаскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
2	Верхняя передача мяча	6	
3	Нижняя передача мяча	6	
4	Ведение мяча	4	
5	Броски мяча в кольцо	3	
6	Подвижные игры и эстафеты	7	
7	Физическая подготовка в процессезанятия.		
	Итого 34 часа.		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 класс

№	Тема занятия	Дата	
		План	Факт
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		
2	Стойка игрока (исходные положения)		
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
7	Игровое занятие		
8	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		
10	Эстафеты с различными способами перемещений.		
11	Разучивание		
12	Верхняя передача мяча		
13	Нижняя передача мяча		
14	Игровое занятие.		
15	Разучивание верхней передачи мяча.		
16	Верхняя передача мяча в парах		
17	Нижняя передача мяча в парах.		
18	Игровое занятие.		
19	Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.		
20	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.		
21	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.		
22	Ведение мяча с броском в кольцо с правой, с левой по центру кольца.		
23	Игровое занятие.		
24	Ведение мяча с разной высотой отскока		
25	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении		
26	Бросок мяча одной рукой от плеча с места		
27	Игровое занятие		
28	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением		
29	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением		
30	Бросок мяча после остановки		
31	Игровое занятие.		
32	Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением		
33	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением		
34	Персональная опека игрока. Учебная игра мини-баскетбол.		

Список используемой литературы:

1. Ю.И.Портных «Спортивные и подвижные игры»-М, 1987
2. В.А.Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста»-М, 2014
3. Б.Х.Ланда «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся»-ПУ «Первое сентября»,2016.
4. Г.А.Колодницкий,В.С.Кузнецов,М.В.Маслов.Внеурочная деятельность учащихся.Баскетбол. Москва. «Просвещение» 2016г.
5. "Комплексная программа физического воспитания учащихся" В.И.Ляха, А.А.Зданевича. Волгоград: Учитель, 2017г.