

Приложение к основной образовательной программе основного общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №12» города Новочебоксарска Чувашской Республики, утвержденной приказом от 31.08.2023 № 222

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Секция «Игры с мячом»

Уровень основного образования
Срок освоения: 1 год (5-6 классы)

Составитель: Корнилова М. И.,
учитель физической культуры

1. Содержание курса внеурочной деятельности.

Раздел 1: Техника безопасности при проведении занятий по Баскетболу (4ч).

Правила поведения на уроке и на перемене. Правила поведения в спортивных раздевалках и гардеробе. Правила поведения во время игр. Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках.

Раздел 2: «Игры с мячом» (68 ч).

Техника безопасности при проведении занятий по баскетболу (4 ч)

Теоретическая подготовка (6 ч)

Техническая подготовка (29 ч)

Контрольные игры и соревнования (28 ч)

Тестирование (2 ч)

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В результате освоения содержания программного материала спортивной секции «Игры с мячом» обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития спортивно-оздоровительной деятельности.

В результате освоения данной программы учащиеся должны знать:

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитание физических качеств;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физическими упражнениями;
- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.
 - технику безопасности при занятиях спортивными играми;
 - историю Российского баскетбола;
 - лучших игроков области и России;
 - знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
 - правила личной гигиены;
 - знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
 - профилактику травматизма на занятиях;
 - правила проведения соревнований.

Учащиеся должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия данного вида спорта, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
 - разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
 - контролировать и регулировать функциональное состояние организма при физической нагрузке, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования

физических кондиций;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях, оказывать первую доврачебную помощь при травмах и несчастных случаях;
- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;

Личностные, метапредметные и предметные результаты секции «Игры с мячом»

Личностными результатами являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является:

- формирование универсальных учебных действий (УУД).
- Регулятивные УУД:
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
 - проговаривать последовательность действий во время занятия;
 - учиться работать по определенному алгоритму.
 - Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
 - Проговаривать последовательность действий на занятии.
 - Учить высказывать своё предположение (версию), учить работать по предложенному учителем плану.
 - Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
 - Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.
 - Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
 - Уметь организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).
- Познавательные УУД:
- умение делать выводы в результате совместной работы группы и учителя;
 - Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).
- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

3. Тематическое планирование.

| № п/п | Тема занятий | Количество часов |
|-------|---|------------------|
| 1 | Инструктаж по ТБ во время игр | 2 |
| 2 | Техника перемещений | 2 |
| 3 | Передача мяча двумя руками сверху | 1 |
| 4 | Передача одной рукой от плеча | 2 |
| 5 | Баскетбол. Двусторонняя игра | 2 |
| 6 | Броски баскетбольного мяча одной рукой Броски одной рукой в прыжке | 2 |
| 7 | Баскетбол: выбор места- игра в квадрате Броски двумя руками от груди | 2 |
| 8 | Ведение мяча Ведение мяча на месте Двусторонняя игра | 2 |
| 9 | Броски одной рукой в прыжке. Двусторонняя игра | 2 |
| 10 | Инструктаж по ТБ Броски двумя руками сверху. Техника выбивания мяча | 2 |
| 11 | Ведение мяча со сниженным отскоком. Техника защиты | 2 |
| 12 | Баскетбол. Двусторонняя игра | 3 |
| 13 | Техника защиты индивидуальных действий | 2 |
| 14 | Стойка с выставленной вперед ногой, со ступнями на одной линии, Перемещение | 2 |
| 15 | Техника овладения мячом и противодействия Вырывание мяча | 2 |
| 16 | Баскетбол. Учебная игра | 2 |

| | | |
|------------------------|---|----|
| 17 | Передача и ловля мяча в движении | 2 |
| 18 | Баскетбол: подход к щиту | 2 |
| 19 | Ведение мяча и бросок в кольцо | 2 |
| 20 | Остановка в два шага во время игры | 2 |
| 21 | Техника защиты во время игры | 2 |
| 22 | Инструктаж по ТБ Перехват при передаче Игра в баскетбол | 2 |
| 23 | Борьба за отскочивший мяч | 2 |
| 24 | Тактика игры Тактика нападения | 2 |
| 25 | Тактика защиты. Групповые действия | 2 |
| 26 | Сочетание технических приемов | 2 |
| 27 | Приемы ведения-передачи | 2 |
| 28 | Технические приемы ловля-бросок | 2 |
| 29 | Сочетание передвижений, остановок, поворотов | 2 |
| 30 | Сочетание передвижений, остановок, поворотов | 2 |
| 31 | Финты с мячом «на ведение» «на передачу» «на бросок» | 2 |
| 32 | Нападение быстрым прорывом | 2 |
| 33 | Соревнования по баскетболу | 2 |
| 34 | Расстановка при штрафном броске | 2 |
| 35 | Двусторонняя игра | 1 |
| 36 | Игра в баскетбол | 1 |
| Итого за год по плану: | | 68 |