

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