

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4 г. Ртищево Саратовской области»

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО _____/Бараева О.В.</p> <p>Протокол № <u>1</u> от «24__» августа 2016 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель руководителя по ВР МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4 г. Ртищево Саратовской области» _____/Тиханова А.А./ « 28 __» августа 2016 г.</p>	<p>«Утверждено» Директор МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4 г. Ртищево Саратовской области» _____/Авдеева О.Н./</p> <p>Приказ № <u>398</u> от « <u>30</u> » августа 2016 г.</p>
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
физкультурно – спортивной направленности
(баскетбольная секция)

5- 8 классы
Составил: Дякин Д.С.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от « 30 »
августа 2016 г.

2016– 2017 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа баскетбольного секции для 5-8 классов разработана учителем физической культуры Дякиным Д.С. в соответствии с положением о программе ВД МОУ «СОШ № 4 г. Ртищево Саратовской области», с СанПин дополнительного образования 2.4.4.3122-14 от 13.10.2014 г. на основе авторской программы для внешкольных учреждений и образовательных школ И.А. Водяниковой, под редакцией С.М.Зверева, 1986 год и примерной программы по баскетболу для детско-юношеских школ, 2004 год.

Актуальность

Программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности игры. В основу программы для обучающихся 5-8 классов положены программа физического воспитания для обучающихся средней школы и программа для школьников, а также программа физического воспитания с игровой направленностью. Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что она состоит из трех разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

В реализации данной программы участвуют мальчики в возрасте от 11-14 лет.

Программа адресована обучающимся 5-8 классов МОУ " СОШ № 4" г.Ртищево Саратовской области.

Цель: развитие физических качеств, совершенствование двигательных умений и навыков в игре в баскетбол, подготовка юных спортсменов для реализации своих достижений в соревновательной деятельности.

Задачи:

- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- обучение основам техники и тактики игры;
- приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований.
- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Формы и методы работы:

- формы организации занятий: фронтальный, групповой, индивидуальный.

методы обучения: практический, словесный, наглядного восприятия;

- способы выполнения упражнений: одновременный, поточный, поочередный;

Содержание программы секции

Программа рассчитана на 5-8 классы

Количество часов - 68

№ п/п	Наименование раздела/темы	Кол-во часов	Содержание	Планируемые результаты Обучения
1.	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	3	Влияние физических упражнений на организм человека. Основы методики игры баскетбол. Тренировки. Правила соревнований, их организация и проведение.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Привлечение детей и подростков к систематическим занятиям спортом (баскетболом). -Формирование здорового образа жизни. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Обучить теоретическим основам баскетбола. -Обучить основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча, ведению мяча, броскам в корзину. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма. -Развитие и укрепление опорно-двигательного и суставно-связочного аппарата.
2.	Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью	51	-общая и специальная физическая подготовка; -основы техники и тактики игры.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Воспитание умения действовать в команде. Формирование стойкого интереса к занятиям, трудолюбия. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям. -Сформировать систему навыков соревновательной деятельности по баскетболу. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Развитие специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости. скоростно-силовых качеств) для успешного овладения навыками игры в баскетбол.
3.	Способы спортивно-тренировочной деятельности:	14	- контрольные игры и соревнования; - контрольные испытания; соревновательная деятельность.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять базовые понятия и термины баскетбола, применять их в процессе игры со своими сверстниками; - руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы

				<p>одежды в зависимости от времени года и погодных условий;</p> <p>Предметные:</p> <p>-Обучить основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча, ведению мяча, броскам в корзину.</p> <p>Метапредметные:</p> <p>- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;</p> <p>-проговаривать последовательность действий во время занятия;</p> <p>-учиться работать по определенному алгоритму.</p>
--	--	--	--	--

Календарно – тематическое планирование

№ п\п	Содержание (темы, разделы занятий)	Кол-во часов	АУД, В/АУД	Дата	
				План	Факт
1	Инструктаж по технике безопасности.	1	АУД	02.09	
2	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски в кольцо.		В/АУД	07.09	
3	Ведение мяча, два шага, бросок в кольцо. 3-х очковые броски.	1	В/АУД	09.09	
4	Передача мяча в парах с отскоком об пол и без в корзину.	1	В/АУД В/АУ	14.09	
5	Передача мяча в тройках со сменой мест. Бросок мяча в корзину.	1	В/АУД	16.09	
6	Ведение мяча с сопротивлением партнера. Бросок мяча одной рукой от плеча в корзину. Техника выполнения двух шагов с броском в корзину. Учебная игра	1	В/АУД	21.09	
7	Техника штрафного броска. Бросок мяча двумя руками от груди.	1	В/АУД	23.09	
8	Техника передачи мяча на месте и в движении.	1	В/АУД	28.09	
9	Тактические действия игроков “каждый против каждого”.	1	В/АУД	30.09	
10	Бег в медленном темпе до 10 минут, ОРУ с набивными мячами. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	1	В/АУД	05.10	
11	Бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	07.10	
12	Бег в медленном темпе до 10 минут, ОРУ с набивными мячами. Броски в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями.	1	В/АУД	12.10	
13	Бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	14.10	
14	Бег в медленном темпе до 10 минут, ОРУ на силу и гибкость. Броски в кольцо в движении.	1	В/АУД	19.10	
15	Бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой	1	В/АУД	21.10	

	шагов. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями. Броски в кольцо из различных точек.				
16	Бег в медленном темпе до 10 минут, ОРУ на силу и гибкость. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении.	1	В/АУД	26.10	
17	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	28.10	
18	Овладение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами. Медленный бег, ОРУ с набивными мячами, прыжковые упражнения.	1	АУД	09.11	
19	Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи на месте и в движении в парах 1-2 мячей. Различные ведения. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	11.11	
20	Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. ОРУ на силу и гибкость, прыжковые упражнения.	1	АУД	16.11	
21	Броски и ловля мяча в стену за 30 сек. Различные передачи в парах одного или двух мячей, ведение. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	18.11	
22	Участие в городских соревнованиях	1	В/АУД	23.11	
23	Участие в городских соревнованиях	1	В/АУД	25.11	
24	Участие в городских соревнованиях	1	В/АУД	30.11	
25	Участие в городских соревнованиях	1	В/АУД	02.12	
26	Участие в городских соревнованиях	1	В/АУД	07.12	
27	ОРУ без предметов. Челночный бег. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	09.12	
28	ОРУ без предметов. Эстафеты с быстрым изменением характера движения. Действия игроков в нападении и защите.	1	В/АУД	14.12	

29	Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	16.12	
30	ОРУ без предметов. Эстафеты с быстрым изменением характера движения. Действия игроков в нападении и защите.	1	В/АУД	21.12	
31	Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	23.12	
32	Рывки вперед, перемещения из различных исходных положений. Действия игроков в защите и нападении.	1	В/АУД	11.01	
33	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	13.01	
34	Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1x1, 2x2	1	В/АУД	18.01	
35	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	20.01	
36	Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1x1, 2x2	1	В/АУД	25.01	
37	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	27.01	
38	Различные передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1x1, 2x2	1	В/АУД	01.02	
39	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	03.02	
40	Броски в кольцо из различных точек. Действия игроков 1x1, 2x2	1	В/АУД	08.02	
41	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	10.02	
42	Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков.	1	В/АУД	15.02	
43	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	17.02	
44	Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков.	1	В/АУД	22.02	
45	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	24.02	
46	Броски в кольцо из различных точек. Индивидуальные действия игроков.	1	В/АУД	01.03	
47	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	03.03	
48	Броски в кольцо в движении. Индивидуальные действия игроков.	1	В/АУД	10.03	
49	Учебно-тренировочная игра.	1	В/АУД	15.03	

50	Броски в кольцо в движении. Индивидуальные действия игроков.	1	В/АУД	17.03	
51	Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий	1	В/АУД	17.03	
52	Броски в кольцо в движении. Действия игроков в нападении и защите.	1	В/АУД	22.03	
53	Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий	1	В/АУД	24.03	
54	Броски в кольцо в движении. Действия игроков в нападении и защите.	1	В/АУД	05.04	
55	Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий	1	В/АУД	07.04	
56	Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом.	1	В/АУД	12.04	
57	Учебно-тренировочная игра. Судейство игр во время секционных занятий	1	В/АУД	14.04	
58	Ведение мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом.	1	В/АУД	19.04	
59	Контрольные испытания: броски по кольцу с расстояния 1 м., броски со средних и дальних дистанций, броски по кольцу после ведения.	1	В/АУД	21.04	
60	Контрольные испытания: передачи мяча в парах, передачи после ведения, обвод стоек, передача и ловля мяча от стены за 30 сек., штрафной бросок.	1	В/АУД	26.04	
61	Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4, 5х5.	1	В/АУД	28.04	
62	Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4, 5х5.	1	В/АУД	03.05	
63	Товарищеские встречи команд других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.	1	В/АУД	05.05	
64	Товарищеские встречи команд других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.	1	В/АУД	10.05	
65	Товарищеские встречи команд других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.	1	В/АУД	12.05	
66- 67	Товарищеские встречи команд других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.	2	В/АУД	17.05 19.05	

68	Товарищеские встречи команд других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований.	1	В/АУД	24.05	26.05
----	---	---	-------	-------	-------

Ученик будет:

Предполагаемые результаты

Знать:

- основные линии на площадке. Основные правила игры в баскетбол. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями.
- способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- выполнять передачу мяча одной рукой снизу. Передачу мяча одной рукой сбоку.
- выполнять приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой.
- броски одной и двумя руками в прыжке. Броски мяча после двух шагов и в прыжке с близкого расстояния и среднего. Броски мяча в корзину со средних и дальних дистанций одной и двумя руками от головы. Штрафной бросок одной и двумя руками от головы.
- вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание.
- применять в игре командное нападение. Взаимодействовать с заслоном, а так же применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол.

Использовать:

- приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

Учащиеся будут уметь демонстрировать

- броски по кольцу с расстояния 1 м.
- броски со средних и дальних дистанций.
- броски по кольцу после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.
- передача и ловля мяча от стены за 30 сек.
- штрафной бросок.

У ученика будет сформировано:

- стремление к здоровому образу жизни;
- творческие отношения к труду, жизни;
- целеустремленность и настойчивость в достижении цели;
- развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей;
 - гармоничное развитие личности.

