

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Кузбасса**

**Юргинский городской округ**

**МБОУ «ООШ № 15 г. Юрги»**

**РАССМОТРЕНО**

на педагогическом совете

Протокол № 1  
от «30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

---

К. К. Булатова  
Приказ № 118-Д  
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**«Баскетбол»**

**8 класс**

**Юрга 2023 год**

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол» для учащихся 8 классов разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 (в редакции приказа Минобрнауки от 29.12.2014 № 1644);
- Федерального закона от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями на 31 декабря 2014 года; редакция, действующая с 11 января 2015 года);
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- планируемых результатов основного общего образования;
- авторской программы В.И.Ляха, М.Я. Виленского «Физическая культура 5-9 кл.» :прогр. / сост. В.И.Лях, М.Я. Виленский М.: Просвещение, 2014;
- требований к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного образовательного стандарта (Приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 г. N 986 г. Москва);
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 29.12.2010 г. №189);
- Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «ООШ № 15 г. Юрги»;
- учебного плана МБОУ «ООШ № 15 г. Юрги».

Предлагаемая программа направлена на формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, понимающей своё предназначение в жизни, умеющей управлять своей судьбой, здоровой физически и нравственно (способной к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению).

Только здоровый школьник может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Разработанная программа курса «Баскетбол» позволяет успешно приобщить детей к здоровому образу жизни. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие

возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 8 класса помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

**Цель программы** - создание благоприятных условий для формирования у школьников позитивного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха, стремления творить свое здоровье, применяя компетенции в согласии с законами природы, законами бытия.

В соответствии с этой целью решаются следующие **задачи**:

- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями избранного вида спорта и использование их в качестве средств укрепления здоровья и основ индивидуального образа жизни;
- совершенствование функциональных возможностей организма посредством направленной спортивной подготовки, организации педагогических воздействий на развитие основных биологических и психических процессов;
- воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами спортивной деятельности.

### **Место курса внеурочной деятельности «Баскетбол» в учебном плане**

На изучение курса внеурочной деятельности «Баскетбол» в 8 классе согласно учебному плану отводится 1 час в неделю (всего 34 часа в год).

### **Прогнозируемые результаты освоения содержания курса внеурочной деятельности «Баскетбол»**

По итогам освоения программы внеурочной деятельности «Баскетбол» обучающиеся должны достичь трёх уровней результатов.

**Результаты первого уровня** (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни):

- приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены тела и психогигиены, о технике безопасности на занятиях и правилах бесконфликтного поведения в команде; о принятых в обществе нормах отношения к природе, окружающим людям; об ответственности за поступки, слова и мысли, за свое физическое и душевное здоровье; о неразрывной связи внутреннего мира человека и его внешнего окружения.

**Результаты второго уровня** (формирование положительного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

- развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе: животным, растениям, деревьям, воде и т.д.

**Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):**

- приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта знания правил игры в баскетбол и судейства игр; опыта заботы о младших, самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования; опыта самоорганизации совместной деятельности с другими школьниками, управления другими и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие окружающих.

Основным инструментарием для оценивания результатов курса внеурочной деятельности являются результаты индивидуальных и групповых показателей физической подготовленности обучающихся.

Критериями эффективности занятий при этом выступают: пропаганда активного отдыха и здорового образа жизни, развитие нравственных и эстетических качеств, формирование устойчивой мотивации у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, рациональное использование свободного времени,

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса «Баскетбол»**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности «Баскетбол» является формирование следующих компетенций:

- 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.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- использовать занятия внеурочной деятельностью и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств.

*Познавательные УУД:*

- рассматривать физическую культуру как явление культуры;

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- 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 одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

*Коммуникативные УУД:*

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития
- основных физических качеств.

### Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Техническая подготовка	22
3	Тактическая подготовка	10
4	Тестирование и контрольные испытания	1
	Всего	34

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов	Основные виды деятельности учащихся
1	2	3	4
1	Развитие баскетбола в России. Сведения о ТБ	1	Правила игры. Как осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь
<b>Техническая подготовка (22ч)</b>			
2	ОФП	1	Обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения
3	Технические действия баскетболиста	1	Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре
4	Технические действия баскетболиста	1	Стойка и передвижение игрока Разминка в движении; технические действия в игре
5	Специальная физическая подготовка	1	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока
6	Техническая и тактическая подготовка	1	Стойка и передвижение игрока
7	Техническая и тактическая подготовка	1	Стойка и передвижение игрока
8	Техническая и тактическая подготовка	1	Стойка и передвижение игрока
9	Ведение мяча	1	Ведение мяча правой и левой рукой на месте
10	Ведение мяча	1	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком
11	Ведение мяча	1	Ведение мяча с разной высоты отскока. Остановка прыжком
12	Ведение мяча	1	Ведение мяча с изменением направления движения Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.
13	Индивидуальная работа с мячом	1	Подвижные игры с мячом
14	Технические и тактические действия	1	Техника выполнения

15	Техническая и тактическая подготовка	1	Повторение и закрепление ведения, передачи мяча
16	Общефизическая подготовка	1	Техника выполнения
17	Эстафеты	1	Повторение и закрепление элементов баскетбола
18	Штрафной бросок	1	Освоение приемов игры
19	Бросок в кольцо	1	Закрепления навыков
20	Броски в кольцо в движении	1	Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении
21	ОФП	1	Учет знаний по техническим приемам в баскетболе
22	Стритбол	1	Закрепления навыков нападения
23	Учебная игра	1	Освоение приемов игры
<b>Тактическая подготовка (10ч)</b>			
24	Взаимодействие игроков в защите	1	Закрепление навыков защиты
25	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1	Закрепление навыков защиты и нападения
26	Мини-баскетбол	1	Закрепления навыков нападения и защиты
27	Стритбол	1	Закрепление технических и тактических приемов
28	Учебная игра	1	Освоение приемов игры
29	Взаимодействие игроков в нападении	1	Закрепления навыков нападения
30	Взаимодействие игроков в защите	1	Закрепление навыков защиты
31	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1	Закрепление навыков защиты и нападения
32	Мини-баскетбол	1	Закрепление технических и тактических приемов
33	Стритбол	1	Закрепления навыков нападения и защиты
<b>Тестирование, контрольные испытания (1ч)</b>			
34	Итоговое занятие	1	Тестирование: подтягивание, прыжки в длину с места, метание м/мяча, челночный бег 3x10м, упражнение на пресс, сгибание-разгибание рук в упоре лёжа