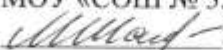


Согласовано
Заместитель директора по УВР
МОУ «СОШ № 33»
 М.А.Шалдыбина /

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 33»
 Л.Н. Потрусова /
Приказ № 272 от 31.08. 2023



Программа кружковой работы по физкультуре:
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Срок реализации программы – 1 учебный год.

Составитель:

Исмаилов Дамир Алишерович,
учитель

первой квалификационной категории

г.Энгельс
2023-2024 уч.год.

1. Пояснительная записка.

Программа «Баскетбол» реализует физкультурно-спортивное направление во внеурочной деятельности в 9-11 классах в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования второго поколения.

Данная программа составлена с учетом ФГОС нового поколения для средней школы, Базового учебного плана нового ФГОС, комплексной программы физического воспитания (Москва, «Просвещение», 2016 г, авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич). Новизна программы состоит в том, что в ней прописаны УУД, которые необходимо формировать у учащихся.

Реализация внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Актуальность программы:

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Стритбол» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Включает в себя, как теоретическую, так и практическую части – организация подвижных игр.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В системе среднего (полного) обучения игровая деятельность является одним из важнейших факторов развития ребенка: нравственного, умственного, эстетического и физического. Именно в школе закладываются основы социально активной личности, проявляющей интерес к игровой деятельности, самостоятельности, уважения и другие ценные качества, способствующие усвоению требований к жизни утверждению в ней.

В программу включено знакомство с подвижной игрой стритбол. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

Цели программы:

-создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

-приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

-обеспечить двигательную активность школьников во внеурочное время;

-познакомить детей с подвижной игрой стритбол и возможностью использовать ее при организации досуга;

-воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;

-развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;

-воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;

-учить школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

-создавать условия для проявления чувства коллективизма;

-развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

Место курса в учебном плане:

Программа рассчитана для учащихся 9-11 классов, на 1 год обучения.

На реализацию курса «Баскетбол» в 9-11 классах отводится 68 ч в год (2 час в неделю). Занятия проводятся по 90 минут в соответствии с нормами СанПина. 80% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся в спортивном зале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья,

подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Для успешной реализации программы будут использованы Интернет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

Ценностные ориентиры:

В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и умений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний, умений и навыков. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Содержание занятий желательно наполнять сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику среднего школьного возраста.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

Данная программа строится на принципах:

- Доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями школьников.
- Коллективности – ребёнок получает опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками. Спорт и оздоровление дают юному человеку опыт жизни в обществе, могут создавать условия для позитивно направленных самопознания, самоопределения в здоровом образе жизни, спортивной самореализации.
- Патриотизма – предполагает использование эмоционально окрашенных представлений (образы спортивных общественно значимых и предметов) идентификация себя с Россией, её культурой.
- Культуросообразности предполагает, что спортивно-оздоровительная деятельность школьников должна основываться на общечеловеческих ценностях физической культуры и строиться в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур.
- Обеспечение мотивации.
- Диалогичности предполагает, что духовно-ценностная ориентация детей и их развитие осуществляются в процессе такого взаимодействия педагога и учащихся в спортивно-оздоровительной деятельности, содержанием которого являются обмен ценностями здорового образа жизни и гуманистического понимания телесности, спорта.

-Природосообразности предполагает, что спортивно-оздоровительная деятельность школьников основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов, согласовывается с общими законами развития природы и человека, воспитывает его сообразно полу и возрасту, а также формирует у него ответственность за развитие самого себя.

-При этом необходимо выделить практическую направленность курса. Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение мероприятий по стритболу;
- активное использование спортивной площадки и спортивного зала ;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми.

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- конкурсы
- соревнования
- часы здоровья

Алгоритм работы с подвижными играми.

1. Знакомство с содержанием игры стритбол.
2. Объяснение содержания игры стритбол.
3. Объяснение правил игры стритбол.
4. Разучивание игры стритбол.
5. Проведение игры стритбол.

Режим и место проведения занятий:

Занятия проводятся во второй половине дня, 1 раз в неделю. Время занятий – 45 минут. Место проведения – большой спортивный зал, спортивный стадион. Стритбол и соревнования проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы в кабинете в спортивном зале.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 9-11 классов должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;

- о вредных и полезных привычках;
- о спортивной игре стритбол и его правилах;
- о правилах составления комплексов разминки;
- о правилах проведения игр, соревнований;
- о правилах поведения во время игры;
- не менее двух комплексов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

уметь:

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в стритбол;
- соблюдать правила игры;
- организовать подвижные игры;
- работать в коллективе;
- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом;
- выполнять комплексы упражнений, направленно воздействующие на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток.

2.Планируемые результаты освоения программы:

Предполагаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;

-потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

-этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов;

-умение выражать свои эмоции;

-оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

-понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;

-осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

-уметь планировать и регулировать свои действия во время подвижной игры стритбол;

-определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

-учиться работать по определенному алгоритму;

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

-проводить сравнение и классификацию объектов;

-понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

-проявлять индивидуальные творческие способности;

-различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);

-соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;

-подбирать упражнения для разминки;

-использовать знания во время подвижных игр на досуге;

-делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

-работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

-обращаться за помощью;

-формулировать свои затруднения;

-предлагать помощь и сотрудничество;

-договариваться и приходить к общему решению;

-формулировать собственное мнение и позицию;

-осуществлять взаимный контроль;

-адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

-оформлять свои мысли в устной форме;

- слушать и понимать речь других;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Предметные результаты:

-формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.

-овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

тестирование на знание теоретического материала;

тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
сдача контрольных нормативов по ОФП.

тестирование на знание правил соревнований и терминологии;

тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы;

результаты соревнований школьного уровня, матчевых и товарищеских встреч.

проверка умения организовывать и судить соревнования по баскетболу (организация и судейство соревнований между классами и параллелями);

тестирование на умение выполнять индивидуальные и групповые технико-тактические действия;

результаты соревнований районного уровня.

3. Учебно-тематический план занятий.

Темы занятий:

№	Темы занятий:	Кол-во часов
1	Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.	2
2	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра	3
3	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	3
4	Ведение мяча на месте. Учебная игра.	2
5	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.	4
6	Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра.	2
7	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	2
8	Передача одной рукой. Учебная игра.	2
9	Передача от пола. Учебная игра.	3

10	Игры в передачах. Учебная игра.	1
11	Игра «семь передач». Учебная игра.	1
12	Игра «собачка». Учебная игра. Броски мяча	1
13	Броски с места. Учебная игра.	4
14	Броски с места. Учебная игра.	1
15	Броски в прыжке. Учебная игра.	3
16	Броски в прыжке. Учебная игра	4
17	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	1
18	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	3
19	Игры в бросках. Учебная игра.	2
20	Эстафеты с элементами стритбола.	1
21	Тактика игры в защите. Учебная игра.	3
22	Упражнения для игры в защите. Учебная игра.	1
23	Тактика игры в нападении. Учебная игра.	5
24	Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1
25	Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1
26	Учебная игра.	1
27	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения	3
28	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения	2
29	Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1
30	Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1
31	Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра.	1
32	Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра.	1
33	Эстафеты с элементами стритбола.	1
34	Соревнование. Итоговая игра	1
Итого.		68

4. Содержание программы (68ч.):

Программа включает в себя теоретическую и практическую части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, правил, беседу с учащимися, показ изучаемых упражнений, подвижных и спортивных игр. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями. Двигательный опыт учащихся обогащается играми, упражнениями.

Огромное значение для учеников имеет участие в жизни класса вне школьных уроков. Для многих ребят - это основной мотив посещения школы, так как есть возможность проявить инициативу и самостоятельность, ответственность и открытость.

Распределение часов на разделы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения, комплексы упражнений, игры различных разделов в одном занятии.

5. Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал;

- мячи;

6. Календарно-тематическое планирование занятий по стритболу.

№	Темы занятий	Кол-во часов	Дата планирования проведения.	Фактическая дата проведения.
1	Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.	2	5.09	
	Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.		7.09	
2	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	3	12.09	
	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.		14.09	
	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.		19.09	
3	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	3	21.09	
	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.		3.10	
	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.		5.10	
4	Ведение мяча на месте. Учебная игра.	2	10.10	
	Ведение мяча на месте. Учебная игра.		12.10	
5	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.	4	17.10	
	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.		19.10	
	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.		24.10	

	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.		26.10	
6	Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра.	2	14.11	
	Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра.		16.11	
7	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	2	21.11	
	Ловля и передача мяча. Учебная игра.		23.11	
8	Передача одной рукой. Учебная игра.	2	28.11	
	Передача одной рукой. Учебная игра.		30.11	
9	Передача от пола. Учебная игра.	3	5.12	
	Передача от пола. Учебная игра.		7.12	
	Передача от пола. Учебная игра.		12.12	
10	Игры в передачах. Учебная игра.	1	14.12	
11	Игра «семь передач». Учебная игра.	1	19.12	
12	Игра «собачка». Учебная игра. Броски мяча	1	21.12	
13	Броски с места. Учебная игра.	4	26.12	
	Броски с места. Учебная игра.		28.12	
	Броски с места. Учебная игра.		9.01	
	Броски с места. Учебная игра.		11.01	
14	Броски с места. Учебная игра.	1	16.01	
15	Броски в прыжке. Учебная игра.	3	18.01	
	Броски в прыжке. Учебная игра.		23.01	
	Броски в прыжке. Учебная игра.		25.01	
16	Броски в прыжке. Учебная игра.	4	30.01	
	Броски в прыжке. Учебная игра.		1.02	
	Броски в прыжке. Учебная игра.		6.02	
	Броски в прыжке. Учебная игра.		8.02	
17	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	1	13.02	
18	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	3	15.02	
	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.		20.02	
	Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.		22.02	
19	Игры в бросках. Учебная игра.	2	27.02	
	Игры в бросках. Учебная игра.		29.02	
20	Эстафеты с элементами стритбола.	1	5.03	
21	Тактика игры в защите. Учебная игра.	3	12.03	
	Тактика игры в защите. Учебная игра.		14.03	
	Тактика игры в защите. Учебная игра.		19.03	
22	Упражнения для игры в защите. Учебная игра.	1	21.03	
23	Тактика игры в нападении. Учебная игра.	5	26.03	
	Тактика игры в нападении. Учебная игра.		28.03	
	Тактика игры в нападении. Учебная игра.		2.04	
	Тактика игры в нападении. Учебная игра.		4.04	
	Тактика игры в нападении. Учебная игра.		9.04	
24	Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1	11.04	
25	Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1	16.04	

26	Учебная игра.	1	18.04	
27	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения.	3	23.04	
	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения		25.04	
	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения		30.04	
28	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения	2	2.05	
	Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения		7.05	
29	Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1	14.05	
30	Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1	16.05	
31	Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра.	1	21.05	
32	Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра.	1	23.05	
33	Эстафеты с элементами стритбола.	1	28.05	
34	Тесты. Техника ведения мяча, броски. Итоговая игра.	1	30.05	
Итого.		68		

7. Литература

Литература для учителя:

Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.

Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010.