

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «МУНИЦИПАЛЬНЫЙ
ОКРУГ УВИНСКИЙ РАЙОН УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ»

МОУ «Каркалайская СОШ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол №1 от
23 августа 2024 г.
Руководитель ШМО _____
(Погудина Л.Н.)

УТВЕРЖДЕНО
Директор _____
(Подчерзцева Л.Я.)
Приказ №83 от
26 августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Баскетбол»

Класс _____ 8 _____

с.Каркалай, 2024 год

Программа внеурочной деятельности

«Баскетбол»

Составитель: Паушев Олег Анатольевич

Направление: спортивно-оздоровительное

Цель: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

Задачи:

способствовать нормальному росту организма и укреплению здоровья воспитанника;

- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;
- помогать в овладении и закреплении разнообразных навыков и умений;
- обеспечивать эффективный отбор и своевременную спортивную подготовку одаренных детей, способных достичь высоких спортивных результатов.

Категория участников: 8 класс

Количество часов: 34 часа (1 час в неделю)

Срок реализации программы: 1 год

Пояснительная записка

В настоящее время баскетбол как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол с применением принципа вариативности, дающего возможность подбирать и планировать содержание учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), видами учебного учреждения (городские и сельские школы), регионально-климатическими условиями проживания школьников.

Технические приёмы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей и подростков школьного возраста. Уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей и подростков, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Программа отвечает современным требованиям физического воспитания школьников. В ней заложены и обстоятельно раскрыты цели и задачи, средства и методы, позволяющие решать вопросы физического воспитания учащихся в комплексе.

Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

Задачи программы:

- способствовать нормальному росту организма и укреплению здоровья воспитанника;
- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;
- помогать в овладении и закреплении разнообразных навыков и умений;
- обеспечивать эффективный отбор и своевременную спортивную подготовку одаренных детей, способных достичь высоких спортивных результатов.

Программа построена на принципах:

- целостности процесса обучения предполагающего интеграция основного и дополнительного образования;
- культуросообразности (приобщение обучающихся к современной мировой физической культуре и их ориентация на общечеловеческие культурные ценности);
- сотрудничества и ответственности;
- сознательного усвоения обучающимися учебного материала;
- последовательности и систематичности (предполагает в работе объединения создание такой системы, в которой органически связаны в единое целое все звенья и элементы системы, которая обеспечивает постепенное наращивание сложности в процессе обучения воспитанников, привития им определённых умений и навыков);
- непрерывности и наглядности;

В процессе обучения используются **следующие методы:**

- объяснительно-иллюстративный (используется при объяснении нового материала);
- репродуктивный (воспроизведение полученной информации);
- исследовательский (заключается в том, что каждый обучаемый, самостоятельно изучает с помощью технических средств учебный материал);
- соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);
- игровой (использование упражнений в игровой форме);

Программа секции по баскетболу составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе. Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

Календарно - тематическое планирование 8 класс

Номер занятия	Дата проведения 8	Количество часов	Тема занятия
1	04.09	1	Техника безопасности на занятиях Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях
2	11.09	1	Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через <<заслон>>
3	18.09	1	Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через <<заслон>>
4	25.09	1	Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через <<заслон>>
5	02.10	1	Передвижение с лыжными палками до 2км
6	09.10	1	Игра <<Мяч капитану>>
7	16.10	1	Игра<<Мяч капитану>>
8	23.10	1	Передвижение с лыжными палками до 2км

9	06.11	1	Передвижение с лыжными палками до 2км
10	13.11	1	Передвижение с лыжными палками до 3км
11	20.11	1	Игры на лыжах
12	27.11	1	Игра по упрощенным правилам баскетбола
13	04.12	1	Игра по упрощенным правилам баскетбола
14	11.12	1	Игра по упрощенным правилам баскетбола
15	18.12	1	Игры и игровые задания 2:1; 3:1; 3:2 ;3:3
16	25.12	1	Игра по упрощенным правилам баскетбола
17	15.01	1	Игры и игровые задания 2:1; 3:1; 3:2 ;3:3
18	22.01	1	Игры и игровые задания 2:1; 3:1; 3:2 ;3:3
19	29.01	1	Игры и игровые задания 2:1; 3:1; 3:2 ;3:3

20	05.02	1	Игра по правилам баскетбола
21	12.02	1	Игры на развитие скоростно-силовых способностей
22	19.02	1	Игра по правилам баскетбола
23	26.02	1	Игра по правилам баскетбола
24	05.03	1	Игра по правилам баскетбола
25	12.03	1	Игра по правилам баскетбола
26	19.03	1	Игра по правилам баскетбола
27	02.04	1	Игра по правилам баскетбола
28	09.04	1	Равномерный медленный бег до 10 мин Упражнения с набивными мячами
29	16.04	1	Игры с элементами баскетбола

30	23.04	1	Игры с элементами баскетбола
31	30.04	1	Прыжки. Бросок набивного мяча Игра баскетбол
32	07.05	1	Игры и эстафеты
33	14.05	1	Игры и эстафеты
34	21.05	1	Игры и эстафеты