

Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Губернаторский лицей»

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАНОУ СО «Губернаторский
лицей»

И.А. Климовских

Приказ № 111/2-од от 26.08.2024

Рабочая программа
Учебного курса «Баскетбол»
для обучающихся 1-10 классов

Автор-составитель:
Верниковский Федор Игнатович, 1 КК

г. Екатеринбург
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛ

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования РФ от 06.10.2009, №373 (с изменениями и дополнениями от 26.11.2010 года, 22.09.2011 года, 18.12.2012 года, 29.12.2014 года, 18.05.2015 года и 31.12.2015 года)
3. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (далее – СанПиН 2.4.2.2821-10);
4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
5. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;
6. Рабочая программа по воспитанию ГАНОУ СО "Губернаторский лицей";
7. ООП СОО ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" (приказ № 70-ОД от 27.03.2024);
8. Учебный план ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" на 2024-2025 учебный год ФГОС СОО (приказ № 75 ОД от 27.03.2024).

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛ

Цель проведения занятий по баскетболу – создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, социализации обучающихся.

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих задач:

Образовательные: - обучать занимающихся лучшей игре с мячом - баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований; - дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие: - скреплять опорно-двигательный аппарат воспитанников; - способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся, укреплять здоровье, закалять организм; - целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка; - расширять спортивный кругозор детей.

Воспитательные: - формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения; - прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом; - пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая родителей воспитанников к проведению спортивных мероприятий и праздников; - способствовать социализации обучающихся.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛ

На изучение курса «Баскетбол» отводится - 34 часа (1 час в неделю, 34 недели).

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛ

Основная форма образовательной работы с детьми: спортивные занятия, в ходе которых осуществляется всестороннее развитие каждого учащегося в области спортивной игры баскетбол. Занятия включают чередование различных видов деятельности: упражнения на развитие физических качеств и игры, тренировочные упражнения.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1-10 КЛАСС

Вводное занятие. Соблюдение требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для проведения занятий. История баскетбола.

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Тактические действия в игре. Упражнения общей физической подготовки. Ведение мяча с изменением направления движения. Техника броска мяча в корзину двумя руками от груди после ведения. Техника броска мяча в корзину двумя руками в прыжке. Техника броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.

Освоение ловли и передачи мяча. Ловля мяча после отскока от пола. Техника броска мяча в корзину двумя руками в прыжке. Техника броска мяча в корзину одной рукой в прыжке. Броски мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.

Освоение техники ведения мяча. Ведение мяча с изменением направления движения. Эстафеты с мячом. Передвижение в основной стойке; остановка в шаге. Ведение мяча с изменением направления движения. Техника ловли мяча после отскока от пола. Игра в баскетбол по правилам (взаимодействие игроков во время игры). Остановка прыжком после ускорения. Игра в баскетбол по правилам.

Овладение техникой бросков мяча. Техника ловли мяча после отскока от пола. Игра в баскетбол по правилам (взаимодействие игроков во время игры). Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения. Игра в баскетбол по правилам.

Освоение индивидуальной техники защиты. Ведение мяча-два шага-бросок. Вырывание и выбивание мяча. Игра в баскетбол по правилам. Тактические действия в игре. Технические действия в игре. Броски мяча с места и в движении.

Освоение тактики игры. Игра в баскетбол в условиях, приближенных к соревнованиям. Командные технико-тактические действия при защите и нападении. Совершенствование индивидуальной техники в ранее разученных упражнениях. Игра в баскетбол в условиях, приближенных к соревнованиям.

Контрольные упражнения. Выполнение контрольных упражнений.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА БАСКЕТБОЛ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО, ОСНОВНОГО, СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Планируемые результаты освоения ООП СОО соответствуют современным целям начального общего образования, представленным во ФГОС СОО как система личностных, метапредметных и предметных достижений обучающегося.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

-воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

-в формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учётом устойчивых познавательных интересов;

-развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

-формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Реализация программы это не только овладение техникой и тактикой игры, но и воспитание качеств личности: мгновенно оценивать обстановку; действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации; проявления высокой самостоятельности; умение управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями; умение работать в группе и подчинять свои интересы коллективу, что способствует социализации уч-ся.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;

-знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;

-способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

-умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

-способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

-способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

Проговаривать последовательность действий во время занятий;

-Учиться работать по определенному алгоритму;

-Адекватно воспринимать оценку учителя.

-Уметь делать выводы в результате совместной работы учителя и учащихся;

-Определять наиболее эффективные способы достижения результата;

-Активно включаться в процесс по выполнению заданий;

-Выражать творческое отношение к выполнению заданий.

-Умение оформлять свои мысли в устной форме;

-Слушать и понимать речь других;

-Учиться работать в паре, команде, выполнять различные роли;

-Участвовать в коллективном обсуждении.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование тем и разделов программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Вводные занятия.	1	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
2	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	4	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
3	Освоение ловли и передачи мяча	4	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
4	Освоение техники ведения мяча	4	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
5	Овладение техникой бросков мяча	7	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
6	Освоение индивидуальной техники защиты.	7	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
7	Освоение тактики игры.	5	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
8	Контрольные и итоговые занятия	2	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Игрок на все времена: Майкл Джордан и Мир 2021г. Дэвид Хелберстам
2. Дневник баскетболиста. 2015 г. Джим Керрол.
3. Баскетбол. Шаги к успеху. Виссел Холл.
4. Энциклопедия баскетбола. А.Я. Гомельский.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. С, 2014г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М.2017г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 2000.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений –М., ФиС, 20212000.
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов–М., ФиС,
8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 2000.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения –М., ФиС, 2021.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение –М., ФиС, 2019.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара.2020г
12. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста –М., ФиС, 2018

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

1. ФГИС «Моя Школа»: <https://myschool.edu.ru/>

Приложения:

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Соблюдение требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для проведения занятий. История баскетбола.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
2	Упражнения общей физической подготовки	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
3	Ведение мяча с изменением направления движения. Тактические	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
4	действия в игре.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
5	Техника броска мяча в корзину	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u>

	двумя руками от груди после			myschool.edu.ru)
6	Ловля мяча после отскока от пола.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
7	Техника броска мяча в корзину двумя руками в прыжке.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
8	Техника броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
9	Броски мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
10	Ведение мяча с изменением направления движения. Эстафеты с мячом.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
11	Передвижение в основной стойке; остановка в шаге.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
12	Ведение мяча с изменением направления движения. Техника ловли мяча после отскока от пола.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
13	Игра в баскетбол по правилам (взаимодействие	1	Комбинированный	ЦОС Моя Школа

	игроков во время игры). Остановка прыжком после ускорения.		урок	myschool.edu.ru)
14	Техника ловли мяча после отскока от пола	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
15	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
16	Техника броска мяча в корзину двумя руками в прыжке.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
17	Техника броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
18	Игра в баскетбол по правилам (взаимодействие игроков во время игры).	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
19	Игра в баскетбол по правилам (взаимодействие игроков во время игры).	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
20	Игра в баскетбол по правилам.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))
21	Ведение мяча-два шага-бросок.	1	Комбинированный урок	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru))

)
22	Вырывание и выбивание мяча. Игра в баскетбол по правилам.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
23	Вырывание и выбивание мяча. Игра в баскетбол по правилам.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
24	Игра в баскетбол по правилам. Тактические действия в игре.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
25	Игра в баскетбол по правилам. Тактические действия в игре.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
26	Технические действия в игре.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
27	Броски мяча с места и в движении.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
28	Игра в баскетбол в условиях, приближенных к соревнованиям.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)
29	Командные технико-тактические действия при защите и	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя Школа</u> (myschool.edu.ru)

	нападении.			
30	Совершенствовани е индивидуальной техники в ранее разученных упражнениях.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя</u> <u>Школа</u> (myschool.edu.ru)
31	Совершенствовани е индивидуальной техники в ранее разученных упражнениях.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя</u> <u>Школа</u> (myschool.edu.ru)
32	Игра в баскетбол в условиях, приближенных к соревнованиям.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя</u> <u>Школа</u> (myschool.edu.ru)
33	Выполнение контрольных упражнений.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя</u> <u>Школа</u> (myschool.edu.ru)
34	Выполнение контрольных упражнений.	1	Комбинированный урок	<u>ЦОС Моя</u> <u>Школа</u> (myschool.edu.ru)
	ИТОГО	34		