

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно основной образовательной программе среднего общего образования (ООП СОО), организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса.

Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. 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.

Курс введен в ООП СОО, образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления. Программа курса по баскетболу включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и правила игры, а также профилактики травматизма, гигиены и самоконтроля.

В практической части углубленно изучаются технические приемы и тактические комбинации. Программа данного курса представляет систему спортивно-оздоровительных занятий для учащихся 10-11 классов и реализуется в рамках внеурочной деятельности в соответствии с образовательным планом.

Цель программы внеурочной деятельности :
формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие физических качеств, овладение техническими и тактическими навыками игры в баскетбол, содействие развития чувства товарищества и взаимопомощи.

В соответствии с целями данной программы можно сформулировать три группы задач, направленных на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов.

Задачи программы:

Спортивно-оздоровительные задачи:

- укрепление здоровья;
- совершенствование физического развития.

Социальные задачи:

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- участие в школьном самоуправлении общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

Общекультурные задачи:

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха.

Образовательные задачи:

- обучение основам техники и тактики игры баскетбол;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

Воспитательные задачи:

- формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Ориентируясь на решение задач образования школьников, данная программа в своем содержании направлена на реализацию:

- принцип всестороннего и гармонического развития личности. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее - физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности ребенка;
 - принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм;
 - принцип активности предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества;
 - принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития;
 - принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения;
 - принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики «от простого к сложному, от известного к неизвестному». Соблюдение принципа доступности предполагает, что, мобилизуя умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом.
- Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более

успешного решения спортивно-оздоровительных, социальных, общекультурных, образовательных, воспитательных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

- **Словесные методы:** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели тренер использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.
- **Наглядные методы:** применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.
- **Практические методы:** метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.
- Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.
- Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом; по частям.
- Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.
- Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.
- **Формы обучения:** индивидуальная; фронтальная; групповая; поточная.
- **Организация тренировочного процесса** на внеурочных занятиях баскетболом осуществляется следующими видами деятельности: физкультурно-оздоровительной, познавательной, прикладно-ориентированной, игровой, соревновательной.
- Теоретические занятия составляют 10 %, практические 90%.

Место курса в системе внеурочной деятельности

Программа соответствует целям и задачам внеурочной системы физического воспитания школы и полностью отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования. Данная программа составлена в соответствии с учебным планом МОАУ «СОШ №6», а также с учетом возрастных особенностей обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю. Соответственно программа рассчитана на 34 часа в год.

Ценностные ориентиры содержания курса

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе — это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, ее совершенства, сохранение и приумножение ее богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра - направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности - любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части

культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности - осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества - осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Планируемые личностные, метапредметные и предметные результаты качественного освоения программы

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностные результаты должны отражать:

российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

готовность к служению Отечеству, его защите;

сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений; принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты характеризуют сформированность универсальных компетенций, проявляющихся в применении накопленных знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания вида спорта «Баскетбол», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные компетенции востребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизнедеятельности учащихся. Метапредметные результаты отражаются, прежде всего, в универсальных умениях, необходимых каждому учащемуся и каждому современному человеку.

Ученик получит возможность научиться:

Познавательные УДД

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе

новые (учебные и познавательные) задачи;

- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

- выходить за рамки избранного вида спорта и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

Регулятивные УДД

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

- ставить и формулировать собственные задачи в учебно-тренировочной деятельности и жизненных ситуациях;

- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

Коммуникативные УДД

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри учебно-тренировочной деятельности, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

- координировать и выполнять учебно-тренировочные задания в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся и творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения вида спорта «Баскетбол». Приобретаемый опыт

проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий баскетболом, укреплением здоровья, ведением здорового образа жизни.

К концу обучения учащийся научится:

- определять влияние занятий баскетболом на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- правилам и способам планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями;
- обладать основными способами самонаблюдения за показателями своего здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физической подготовленности;
- демонстрировать ловлю высоко летящего мяча в прыжке и после отскока от щита; ловлю мяча, переданного сзади, при беге по прямой; передачу мяча одной рукой переводом; передачу мяча назад под рукой; передачу мяча от головы;
- демонстрировать обводку соперника за спиной; сочетание пройденных элементов;
- демонстрировать броски мяча в прыжке с дальней и средней дистанции с определенных точек площадки (с преодолением сопротивления); бросок мяча над головой сбоку (крюком) с места, в движении, прыжке, после ловли мяча.; броски мяча одной рукой (добивание); броски мяча в кольцо двумя руками сверху вниз; сочетание пройденных элементов;
- выполнять тактические приемы, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые упражнения на оценку индивидуального уровня физической подготовленности;
- демонстрировать индивидуальный уровень интегральной подготовленности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку индивидуального уровня специальной физической подготовленности;
- владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Учебно-тематический план

Программный материал		Количество часов
Теоретическая подготовка		В процессе занятий
1	Правила техники безопасности при проведении занятий.	
2	История рождения и развития баскетбола.	
Общая физическая подготовка		На каждом занятии
1	Развитие силы	
2	Развитие быстроты	
3	Развитие выносливости	
4	Развитие ловкости	
5	Развитие гибкости	
Техническая подготовка		24
1	Стойки баскетболиста	2
2	Перемещения по площадке	2
3	Ведение мяча	6
4	Передачи мяча	6
6	Броски мяча	8
Тактическая подготовка		10
1	Групповые действия в нападении	2

2	Командные действия в нападении	2
3	Групповые действия в защите	2
4	Командные действия в защите	3
Промежуточная аттестация. Соревнование.		1
Итого		34

Содержание программы

1. «Теоретическая подготовка»

Правила техники безопасности при проведении занятий.

История рождения и развития баскетбола. Правила соревнований.

2. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости).

Круговая тренировка.

Подвижные игры.

3. «Техническая подготовка»

Стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок.

Учебно-тренировочная игра по упрощенным правилам

4. «Тактическая подготовка»

Групповые и командные действия в нападении.

Групповые и командные действия в защите.

5. Промежуточная аттестация

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия, форма организации и вид деятельности Основные элементы содержания программы Результаты освоения учебного материала (в соответствии с ФГОС)	Освоение предметных знаний (базовые понятия)	Дата проведения	
					планируемая	фактическая
1	Знания о игре баскетбол	1	Открытие нового знания; Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. беседа Моделировать тактику групповых действий, соблюдать правила безопасности Техника безопасности Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.	Общие сведения Правила игры		
2	ОФП	1	Открытие нового знания; обучение передвижению в колонне с мячом; выполнение игрового упражнения Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. беседа Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по	Изучение понятий «шеренга» и «колонна»		

			<p>образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>			
3	Технические действия баскетболиста	1	<p>Постановка учебной задачи.</p> <p>Стойка и передвижение игрока</p> <p>Разминка в движении; технические действия в игре.</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Моделировать тактику групповых действий, соблюдать правила безопасности</p> <p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения</p>	Стойка игрока Передвижение различным способом		
4	Технические действия баскетболиста	1	<p>Постановки учебной задачи</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Моделировать тактику групповых действий, соблюдать правила безопасности.</p>	Ведение мяча Правила игры		

			<p>Стойка и передвижение игрока</p> <p>Разминка в движении; технические действия в игре.</p> <p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения</p>			
5	Специальная физическая подготовка	1	<p>Отработки умений</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа..</p> <p>Определять степень утомления организма во время физической нагрузки использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.</p> <p>Ведение мяча на месте с разной высотой отскока.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	<p>Ведение мяча</p> <p>Правила игры</p>		
6	Техническая и тактическая подготовка	1	<p>Отработка умений</p> <p>Стойка и передвижение игрока.</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в</p>	<p>приемы игры</p> <p>развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки,</p>		

			<p>группах. Учебная игра. Беседа.</p> <p>Выполнять командные действия в нападении и защиты в игре, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности</p> <p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>	<p>высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>		
7	Техническая и тактическая подготовка	1	<p>Отработка умений</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Выполнять командные действия в нападении и защиты в игре, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности</p> <p>Стойка и передвижение игрока.</p> <p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p>	<p>Тактическое мышление, быстрота реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>		

			<p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по баскетболу.</p>			
8	Техническая и тактическая подготовка	1	<p>Отработка умений</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Выполнять командные действия в нападении и защиты в игре, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности</p> <p>Ведение мяча правой и левой рукой на месте.</p> <p>Коммуникативные</p> <ul style="list-style-type: none"> - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала 	Эстафета Пробежка Ведение		

			<p>достижения целей;</p> <p>- проявление активности в достижении поставленных целей.</p> <p>способность личности к полноценному решению задач</p>			
9	Ведение мяча	1	<p>Отработка умений</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Ведение мяча на месте и в движении. Остановка прыжком</p>	<p>приемы игры</p> <p>развитие тактического мышления, быстроты реакции, ориентировки, высокой сообразительности, творческой предприимчивости и способности предсказывать решения различных баскетбольных задач.</p>		
10	Ведение мяча	1	<p>Отработка умений</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Ведение мяча с разной высоты отскока. Остановка прыжком.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>- интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со</p>	<p>Эстафета</p> <p>Пробежка</p> <p>Ведение</p>		

			<p>сверстниками и взрослыми;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе; - переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее как задачу через анализ ее условий. <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержательная наполненность и конкретность целей; - определенность временного интервала достижения целей; - проявление активности в достижении поставленных целей. <p>способность личности к полноценному решению задач.</p>			
11	Ведение мяча	1	<p>Открытие нового знания</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Ведение мяча с изменением направления движения.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>готовность адекватно реагировать на нужды других; в частности, оказывать помощь и</p>	Направление движения	Правила	Ведение

			<p>эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Развитие степени уверенности в своей возможности осуществить определенную деятельность</p>			
12	Индивидуальная работа с мячом	1	<p>Комбинированный</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Учебная игра. Беседа. Презентация.</p> <p>Различные способы ведения мяча. Стойки и перемещения. Эстафеты с мячом.</p> <p>Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь повторить упражнения с мячом в одиночку</p>	<p>Ведение</p> <p>Правила эстафеты</p>		
13	Технические и тактические	1	<p>Подвижные игры с мячом</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в</p>	<p>Правила игры</p> <p>Ведение</p>		

	действия		<p>группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Различные способы ведения мяча. Подвижные игры с элементом баскетбола.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык речевых действий – использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку.</p>			
14	Техническая и тактическая подготовка	1	<p>Отработка умений</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Передача мяча одной рукой от плеча. Различные способы ведения мяча.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы</p> <p>определение цели и функций участников, способов взаимодействия</p>	Техническая и тактическая подготовка Передача		

			<p>планирование общих способов работы</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого, контролировать свою деятельность по результатам</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения</p>			
15	Общефизическая подготовка	1	<p>Контроль умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Определять степень утомления организма во время физической нагрузки использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств</p> <p>Техника выполнения</p>	<p>Подтягивание</p> <p>прыжок в длину с места</p> <p>челночный бег</p>		
16	Бросок мяча одной рукой от плеча	1	<p>Открытие нового знания</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Повторение и закрепление ведения, передачи мяча</p>	<p>Высота отскока</p> <p>Бросок</p> <p>Передача</p>		
17	Эстафеты	1	Отработка умений	Эстафета		

			<p>Работа в группах. Учебная игра. Эстафета.</p> <p>Повторение и закрепление элементов баскетбола.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p>Устанавливать рабочие отношения</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь рассказать о проведении тестирования упражнений</p>	<p>Пробежка</p> <p>Передача</p> <p>Бросок в прыжке</p>		
18	Штрафной бросок	1	<p>Открытие нового знания</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Освоение приемов игры</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p>Устанавливать рабочие отношения</p>	Штрафной бросок		

			<p>Регулятивные:</p> <p>Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски и ведение мяча</p>			
19	Бросок в кольцо	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Закрепления навыков</p>	Штрафной бросок		
20	Броски в кольцо в движении	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Закрепления навыков бросков мяча в кольцо в движении.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя</p>	<p>Штрафной бросок</p> <p>Бросок в движении</p>		

			<p>инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять броски в движении</p>			
21	ОФП	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Определять степень утомления организма во время физической нагрузки использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.</p> <p>Учет знаний по техническим приемам в баскетболе.</p> <p>Коммуникативные :</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные: Сохранять доброжелательное отношение друг к другу</p> <p>Устанавливать рабочие отношения</p> <p>Познавательные: Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и одиночку</p>	<p>Ведение</p> <p>Передача</p> <p>Броски</p>		

22	Взаимодействие игроков в нападении	1	<p>Открытие нового знания</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах, парах . Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Закрепления навыков нападения.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения</p> <p>Техники защиты</p>	Нападение		
23	Взаимодействие игроков в защите	1	<p>Открытие нового знания</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения</p>	Защита		

			<p>бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Закрепление навыков защиты.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>			
24	Взаимодействие игроков в защите	1	<p>Открытие нового знания</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Закрепление навыков защиты.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Защита		
25	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Закрепление навыков защиты и нападения.</p> <p>Описывать и выполнять технику передачи мяча и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p>Коммуникативные</p>	<p>Нападение</p> <p>Защита</p> <p>Правила</p>		

			<p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Знать правила игры баскетбол</p>			
27	Мини-баскетбол	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику передачи мяча и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p>Закрепления навыков нападения и защиты.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p>	<p>Штрафной бросок</p> <p>Помеха попаданию мяча</p> <p>Перехват</p> <p>Бросок мяча</p>		

			Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты			
--	--	--	---	--	--	--

28	Мини- баскетбол		<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.</p> <p>Закрепление технических и тактических приемов.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	<p>Штрафной бросок</p> <p>Помеха попаданию мяча</p> <p>Перехват</p> <p>Бросок мяча</p>		
29	Учебная игра	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику передачи мяча и</p>	<p>Броски мяча</p> <p>Нападение</p> <p>Защита</p>		

			<p>демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p>Освоение приемов игры.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: знать правила игры баскетбол</p>			
30	Промежуточная аттестация	1	<p>Соревнование.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>			
31	Мини-баскетбол	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Описывать и выполнять технику передачи мяча и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.</p> <p>Закрепления навыков нападения и защиты.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность</p>	<p>Штрафной бросок</p> <p>Нападение быстрым прорывом</p> <p>Помеха попаданию мяча</p> <p>Перехват</p> <p>Бросок в прыжке</p>		

			<p>по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>			
32	Взаимодействие игроков в нападении и защите		<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Закрепление навыков защиты и нападения.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Знать правила игры баскетбол</p>	<p>Нападение</p> <p>Защита</p> <p>Правила</p>		
33	Мини-баскетбол	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Закрепления навыков нападения и защиты.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать</p>	<p>Штрафной бросок</p> <p>Помеха попаданию мяча</p> <p>Перехват</p> <p>Бросок мяча</p>		

			<p>познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты.</p>			
34	Итоговое занятие	1	<p>Отработка умений и навыков</p> <p>Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра. Беседа. Презентация .</p> <p>Закрепления навыков нападения и защиты.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Формировать способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство)</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель</p> <p>Формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p>Познавательные</p> <p>Уметь выполнять разминку и упражнения Техники защиты</p>	<p>Штрафной бросок</p> <p>Помеха попаданию мяча</p> <p>Перехват</p> <p>Бросок мяча</p>		

Требования к знаниям и умениям, которые обучающиеся должны приобрести в процессе реализации программы

В ходе реализации программы по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике:

- Правила техники безопасности при проведении занятий.
- Историю рождения и развития баскетбола.

– Основы спортивной тренировки – методы обучения.

– Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена. Правила соревнований. Судейство соревнований.

Технические умения:

Ведение мяча правой и левой рукой.

Ведение с разной высотой отскока и с изменением направления.

Передачи мяча.

Ловли мяча.

Броски мяча.

Штрафной бросок.

Специальные упражнения и комбинации.

Эстафеты.

Тактические знания:

Индивидуальная тактика.

Тактика игры в защите.

Тактика игры в нападении.

Правила игры.

Баскетбольная терминология.

Физическая подготовка:

Упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости.

Морально – волевая подготовка:

В результате реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» у обучающихся развиваются такие качества как: товарищество, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким, привычки подчинять свои действия интересам коллектива, развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

По окончании курса обучающиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий по баскетболу, сформировать первичные навыки судейства.

№	Контрольные нормативы	10	11
1	Правила соревнований	+	+
2	Передачи мяча двумя руками от груди в стену в течение 20-30 секунд	28	31
3	Ведение, два шага и бросок в кольцо с отскоком от щита из 10 попыток	9	10
4	Штрафной бросок из 10 попыток	9	10
5	Броски в кольцо с 10 точек обозначенных на «трех» секундной линии	8	9
6	Челночный бег с ведением мяча в сек.	+	+
7	Умение судить игру	+	+
8	Выполнять нормы ГТЗО по ступеням	+	+
9	Умение выполнять проектные и исследовательские работы	+	+
10	Бросок мяча в кольцо в движении с обводкой центрального круга баскетбольной площадки. (сек)	24	22

