

Аннотация к рабочей программе  
внеурочной деятельности  
«Баскетбол»  
(спортивно-оздоровительное направление)  
Класс: 7-9  
Количество часов:16  
2023-2024 учебный год

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Областной закон от 14.11.2013г. № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (с изменениями и дополнениями).
3. Основная образовательная программа основного общего образования на 2023-2028 г.г. (приказ по МБОУ Курно – Липовской СОШ от 30.08.2023 г. № 117/1 -ОД).
4. Приказ Минпросвещения РФ от 31.05.2021г. №287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом РФ 05.07.2021 №64101).
5. Приказ Минпросвещения России от 16.11.2022 N 993 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2022 N 71764).
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2020г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями).
7. Положение о разработке и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) в МБОУ Курно – Липовской СОШ (приказ от 31.05.2023г. №68 - ОД).
8. Учебный план МБОУ Курно – Липовской СОШ, реализующей основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования на 2023-2024 учебный год (приказ от 23 .06.2023 г. №75/1-ОД).

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

**Цель программы внеурочной деятельности секции «Баскетбол»:** укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие

гармоническому физическому развитию обучающихся;

- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- воспитание моральных и волевых качеств;
- подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” для учащихся 5-9 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Занятия по программе для учащихся 5-9 классов. Отбор учащихся проводится в зависимости от их желания. В процессе занятий используются различные формы и методы организации, используя дифференцированный подход с учётом индивидуальных особенностей и способностей занимающихся: групповые, индивидуальные, командные.

Занятия будут проводиться в спортивном зале и на пришкольной площадке. В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

**Формы занятий:** игра, беседа, видеоуроки по баскетболу, соревнования в зачет школьной спартакиады.

Виды деятельности: познавательная, конструктивная, спортивные игры.

Формы подведения итогов – сдача нормативов по ОФП, участие в соревнованиях школьного и муниципального уровня.

#### **Методы и формы обучения**

*Словесные методы:*

объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

*Наглядные методы:*

показ упражнений, наглядные пособия, видеофильмов.

*Практические методы:*

Метод упражнений; игровой; соревновательный, круговой тренировки.

*Формы обучения:*

Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний, общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

Содержание данной программы рассчитано на систему занятий в неделю: 1 занятие в неделю; продолжительностью 1 занятия 45 мин.

Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне ее.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы,

связанные с гигиеническими требованиями.

Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу.

Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Распределение учебного времени по реализации видов подготовки в процессе занятий школьной секции по баскетболу для учащихся 5–9 классов представлено в учебном плане.

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

**Основы знаний** – в процессе учебно-тренировочных занятий

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу.

Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей.

### **Передвижения и остановки без мяча – 3 часов**

Стойка игрока. Перемещения в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево.

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед.

Скоростные рывки из различных исходных положений.

### **Ловля мяча и Передачи мяча - 3 часов**

Ловля мяча:

- двумя руками на уровне груди;

- двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)

Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.

### **Броски мяча -4 часов**

Бросок мяча двумя руками от груди с места.

Бросок мяча одной рукой от плеча с места.

Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке.

Штрафной бросок.

### **Ведение мяча - 6 часов**

Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении).

Ведение мяча с изменением скорости передвижения.

Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении).

Ведение мяча в движении с переводом на другую руку.

Ведение мяча с изменением направления движения.

Зачет.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Баскетбол».**

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных и метапредметных результатов:

- **личностные результаты** — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- **метапредметные результаты** — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих умений:

- **определять** и **высказывать** 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 по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **1. Регулятивные УУД.**

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- **Проговаривать** последовательность действий.

Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания, **учить работать** по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности команды на занятии.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

### **2. Познавательные УУД.**

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всей команды.

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

### **3. Коммуникативные УУД.**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. **Слушать** и **понимать** речь других.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «баскетбол» учащиеся

**смогут получить знания:**

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники; наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

**могут научиться:**

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.