

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
" Полилингвальная многопрофильная школа № 23"
городского округа город Стерлитамак Республика Башкортостан

РАССМОТРЕНА

Методическим
объединением учителей
физической культуры и
ОБЖ
протокол от «30» августа
2021 г № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом от «30» августа 2021 г
№ 507

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся или класс: 1-4 класс

Срок реализации: 2021-2022 учебный год (108 часов)

Составитель:
учитель физической культуры
высшей категории
Рафикова З.Г.

Результаты освоения программы.

Личностные результаты

В результате изучения данного курса обучающиеся получают возможность:

- Владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в спортивных и подвижных играх.
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей.
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования.
- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- Применять полученные знания в игре.
- Контролировать свое самочувствие.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Предметные результаты

Учащиеся смогут:

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами баскетбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;

- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Правила поведения во время занятий. Техника безопасности. Формирование умения владеть мячом. Совершенствовать дружеское взаимоотношение. П/и «Ловишка с мячом», «Гуси-лебеди».
2. Формирование умения владеть мячом, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. С/и «Снайпер».
3. Формирование умения владеть мячом, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. С/и «Снайпер».
4. Формирование умения владеть мячом, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. С/и «Снайпер».
5. Обучение ловле мяча, быстрой реакции на сигнал. Развитие ориентировки в пространстве. П/и «Паутинка».
6. Обучение ловле мяча, быстрой реакции на сигнал. Развитие ориентировки в пространстве. П/и «Паутинка».
7. Обучение ловле мяча, быстрой реакции на сигнал. Развитие ориентировки в пространстве. П/и «Волк во рву».
8. Обучение ловли мяча. Развитие координации движений. Воспитание дружеских взаимоотношений. П/и «Ловишки парами».
9. Обучение ловли мяча. Развитие координации движений. Воспитание дружеских взаимоотношений. П/и «Ловишки парами».
10. Обучение ловли мяча. Развитие координации движений. Воспитание дружеских взаимоотношений. П/и «Мышеловка».
11. Формирование навыков броска мяча. Совершенствование навыка ловли мяча. Развитие глазомера, координации движений и ловкости. С/и «Снайпер».
12. Формирование навыков броска мяча. Совершенствование навыка ловли мяча. Развитие глазомера, координации движений и ловкости. С/и «Снайпер».
13. Формирование навыков броска мяча. Совершенствование навыка ловли мяча. Развитие глазомера, координации движений и ловкости. С/и «Снайпер».
14. Передача мяча двумя руками от груди. Развитие внимания и ориентировки в пространстве. П/и «Ловишка с мячом».
15. Передача мяча двумя руками от груди. Развитие внимания и ориентировки в пространстве. П/и «Ловишка с мячом».

16. Передача мяча двумя руками от груди. Развитие внимания и ориентировки в пространстве. П/и «День и ночь».
17. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Развитие точности направления броска. Воспитание умения согласованности в движениях. П/и «Паутинка».
18. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Развитие точности направления броска. Воспитание умения согласованности в движениях. П/и «Паутинка».
19. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Развитие точности направления броска. Воспитание умения согласованности в движениях. П/и «Удочка».
20. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Развитие внимания, точности движения. С/и «Снайпер».
21. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Развитие внимания, точности движения. С/и «Снайпер».
22. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча разными способами. П/и «Догони свою пару».
23. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча разными способами. П/и «Ловишки парами».
24. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча разными способами. П/и «Ловишки парами».
25. Ведение мяча на месте и в движении. Развитие координации движения, ориентировки в пространстве. П/и «Паутинка».
26. Ведение мяча на месте и в движении. Развитие координации движения, ориентировки в пространстве. П/и «Два мороза».
27. Ведение мяча на месте и в движении. Развитие координации движения, ориентировки в пространстве. П/и «Два мороза».
28. Ведение и передача мяча на месте и в движении. П/и «Ловишка с мячом»,
29. Ведение мяча на месте и в движении. Развитие точности при передаче мяча. С/и «Снайпер». «Ловля обязыян».
30. Ведение мяча на месте и в движении. Развитие точности при передаче мяча. С/и «Снайпер». «Ловля обязыян».
31. Ведение мяча на месте и в движении. Развитие точности при передаче мяча. П/и «Ловля обязыян».
32. Ведение мяча в движении. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Формировать реакцию на сигнал. П/и «Удочка».
33. Ведение мяча в движении. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Формировать реакцию на сигнал. П/и «Удочка».
34. Ведение мяча в движении. Совершенствование навыков передачи-ловли мяча. Формировать реакцию на сигнал. П/и «Паутинка».
35. Ведение мяча в движении. Развитие ловкости и координации движения. П/и «Сидячий футбол».
36. Ведение мяча в движении. Развитие ловкости и координации движения. П/и «Сидячий футбол».

37. Ведение мяча в движении. Развитие ловкости и координации движения. П/и «Ловишки парами»,
38. Закрепление ведения, ловли-передачи мяча. Развитие координации движения и ловкости. С/и «Снайпер».
39. Закрепление ведения, ловли-передачи мяча. Развитие координации движения и ловкости. С/и «Снайпер».
40. Совершенствование ведения мяча в беге, развитие чувства глазомера и равновесия. П/и «Ловишка с мячом».
41. Совершенствование ведения мяча в беге, развитие чувства глазомера и равновесия. П/и «Волк во рву».
42. Совершенствование ведения мяча в беге, развитие чувства глазомера и равновесия. П/и «Волк во рву».
43. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления движения. Развитие ориентировки в пространстве, ловкости. П/и. «Гуси-лебеди».
44. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления движения. Развитие ориентировки в пространстве, ловкости. П/и «Паутинка»
45. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления движения. Развитие ориентировки в пространстве, ловкости. П/и «Паутинка»
46. Совершенствование в ведении, передачи и ловли мяча. Развитие координации движения и ориентировки в пространстве. С/и «Снайпер».
47. Совершенствование в ведении, передачи и ловли мяча. Развитие координации движения и ориентировки в пространстве. С/и «Снайпер».
48. Совершенствование в ведении, передачи и ловли мяча. Развитие координации движения и ориентировки в пространстве. С/и «Снайпер».
49. Передача мяча в движении. Совершенствование техники ведения мяча. П/и «Волк во рву».
50. Передача мяча в движении. Совершенствование техники ведения мяча. П/и «Ловишки парами».
51. Передача мяча в движении. Совершенствование техники ведения мяча. П/и «Ловишки парами».
52. Совершенствование техники передачи и ведения мяча в движении. П/и «Мышеловка».
53. Совершенствование техники передачи и ведения мяча в движении. П/и «Паутинка».
54. Совершенствование техники передачи и ведения мяча в движении. П/и «Паутинка».
55. Совершенствование техники передачи, ловли, ведения мяча. Обучение техники броска мяча в корзину. П/и «Удочка».
56. Совершенствование техники передачи, ловли, ведения мяча. Обучение техники броска мяча в корзину. П/и «Ловишка с мячом»
57. Совершенствование техники передачи, ловли, ведения мяча. Обучение техники броска мяча в корзину. П/и «Ловишка с мячом»

58. Закрепление навыков передачи, ловли и ведения мяча. Совершенствование техники броска мяча в корзину, развитие координации движения. С/и «Снайпер».
59. Закрепление навыков передачи, ловли и ведения мяча. Совершенствование техники броска мяча в корзину, С/и «Снайпер».
60. Закрепление навыков передачи, ловли и ведения мяча. Совершенствование техники броска мяча в корзину, С/и «Снайпер».
61. Совершенствование техники передачи, ловли, броска мяча в корзину. Развитие глазомера, ловкости и координации движений. П/и «Ловишки парами».
62. Совершенствование техники передачи, ловли, броска мяча в корзину. Развитие глазомера, ловкости и координации движений. П/и «День и ночь».
63. Совершенствование техники передачи, ловли, броска мяча в корзину. Развитие глазомера, ловкости и координации движений. П/и «День и ночь».
64. Совершенствование навыков передачи и ловли мяча. Обучение защитным действиям. Развитие внимания и ориентировки в пространстве. П/и «Догони свою пару».
65. Совершенствование навыков передачи и ловли мяча. Обучение защитным действиям. Развитие внимания и ориентировки в пространстве. П/и «Паутинка»
66. Совершенствование навыков передачи и ловли мяча. Обучение защитным действиям. Развитие внимания и ориентировки в пространстве. П/и «Паутинка»
67. Учебная игра по упрощенным правилам. Формировать умения координировать действия игроков одной команды. С/и «Снайпер».
68. Учебная игра по упрощенным правилам. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. П/и «Ловишка с мячом»
69. Учебная игра по упрощенным правилам. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. П/и «Ловишка с мячом»
70. Учебная игра по упрощенным правилам. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. П/и «Ловишка парами»
71. Закрепление правил игр по баскетболу. Совершенствование ведение передачу и бросок мяча в корзину. П/и «Волк во рву».
72. Закрепление правил игр по баскетболу. Совершенствование ведение передачу и бросок мяча в корзину. П/и «Волк во рву».
73. Закрепление правил игр по баскетболу. Совершенствование ведение передачу и бросок мяча в корзину. П/и «Паутинка».
74. Формирование навыков точного выполнения правил игры баскетбол, и ориентирования на площадке. С/и «Снайпер».
75. Формирование навыков точного выполнения правил игры баскетбол, и ориентирования на площадке. С/и «Снайпер».
76. Формирование навыков точного выполнения правил игры баскетбол и ориентирование на площадке. П/и «Паутинка».

- 77.Формирование навыков точного выполнения правил игры баскетбол и ориентирование на площадке. П/и «Паутинка».
- 78.Формирование навыков точного выполнения правил игры баскетбол и ориентирование на площадке. П/и «Паутинка».
- 79.Формирование навыков самостоятельной игры баскетбол. П/и «Ловишки парами».
- 80.Формирование навыков самостоятельной игры баскетбол. П/и «Ловишки парами».
- 81.Формирование навыков самостоятельной игры баскетбол. П/и «Ловишки парами».
- 82.Формирование навыков самостоятельной игры баскетбол. С/и «Снайпер».
- 83.Формирование навыков самостоятельной игры баскетбол. С/и «Снайпер».
- 84.Формирование навыков самостоятельной игры баскетбол. С/и «Снайпер».
- 85.Закрепление навыков точного выполнения правил игры баскетбол, и ориентирования на площадке. С/и «Снайпер».
- 86.Закрепление навыков точного выполнения правил игры баскетбол, и ориентирования на площадке. С/и «Снайпер».
- 87.Закрепление навыков точного выполнения правил игры баскетбол, и ориентирования на площадке. С/и «Снайпер».
- 88.Учебная игра баскетбол по упрощенным правилам. П/и «Ловишка парами»
- 89.Учебная игра баскетбол по упрощенным правилам. П/и «Ловишка парами»
- 90.Учебная игра баскетбол по упрощенным правилам. П/и «Ловишка парами»
- 91.Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам. П/и «Ловишка с мячом»
- 92.Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам. П/и «Ловишка с мячом»
- 93.Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам. П/и «Ловишка с мячом»
- 94.С/и «Снайпер», П/и «Паутинка», «Волк во рву».
- 95.С/и «Снайпер», П/и «Паутинка», «Волк во рву».
- 96.С/и «Снайпер», П/и «Мышеловка», «Ловишка с мячом».
- 97.С/и «Снайпер», П/и «Мышеловка», «Ловишка с мячом».
- 98.С/и «Снайпер», П/и «Мышеловка», «Ловишка с мячом».
- 99.С/и «Снайпер», П/и «Мышеловка», «Ловишка с мячом».
- 100.Подвижные и спортивные игры.
- 101.Подвижные и спортивные игры.
- 102.Подвижные и спортивные игры.
- 103.Подвижные и спортивные игры.
- 104.Подвижные и спортивные игры.
- 105.Подвижные и спортивные игры.
- 106.Подвижные и спортивные игры.

107.Подвижные и спортивные игры.

108.Подведение итогов работы за год.

Тематическое планирование

№ п/п	Содержание обучения	Кол-во занятий	
1	Теоретическая подготовка	В процессе занятий	
2	Физическая подготовка		36
3	Техническая подготовка		36
4	Тактическая подготовка		36
	Всего	108	

Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Нормативные документы:

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными и правовыми актами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации и «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и Науки от 28.12.2010 г. №2106 "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников".

Материально-техническое обеспечение

- 1) щиты с кольцами (2 комплекта);
- 2) дополнительные щиты с кольцами (не менее 2 комплектов);
- 3) мячи баскетбольные: № 5 – 15 шт., № 6 – 15 шт., № 7 – 15 шт.;
- 4) насос ручной, иглы;
- 5) стойки для обводки (8 шт.);
- 6) гимнастические скамейки (4 шт.);
- 7) мячи набивные весом 3 кг и 5 кг (10 шт.).

Журналы и справочники, а также фото и видеоаппаратура, электронные носители (кассеты, диски и дискеты).

Учебно-методическая литература

1. Примерная рабочая программа В.И. Лях 1-4 классы, М." Просвещение", 2019г.
2. Баскетбол для молодых игроков: руководство для тренеров, перевод с англ. А.Давыдова, М. Давыдова.- Красноярск: Полицор,2010.
- 3.Баскетбол:100 упражнений и советов для юных игроков :первод с англ. Ник Сортэл;- М.: САТ: Астрель, 2005г.
- 4.Подвижные игры , М.Н. Жуков " Просвещение", 2000 г.
- 5.Подвижные игры, метод. руководство Р.М.Валиахметов, Л.Г.Гусев, А.Ю. Костарев, г.Уфа, 2009г.
- 6.Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации А.Н.Каинов, Волгоград, 2010г.

Интернет-ресурсы:

1. Социальная сеть работников образования: [Электронный ресурс]. М.2010-2014. URL: <http://nsportal.ru/user>
2. Сообщество учителей – предметников «Учительский портал»: [Электронный ресурс]. М.2007-20015. URL: <http://www.uclportal.ru>
3. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»: [Электронный ресурс]. М. 2003-2015. URL: <http://festival.1september.ru>