


Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 62

<p>«Рассмотрено» Методическим объединением <i>ОГЕЛ</i> - О.В. Герасимова 29.08.2016</p>	<p>«Принято» На заседании педагогического совета протокол № 1 от «30»08 2016 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МОУ СОШ №62 <i>[Подпись]</i> Н.В. Терентьева/ ФИО «31 » 08 2016г.</p>	
---	---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

---

«Баскетбол»

---

4 класс

---

Учитель: Кириленко Артём Леонидович

2016-2017 учебный год

## **Общие сведения**

Рабочая программа «Баскетбол» составлена на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 №273;

- ФГОС начального общего образования, утверждённый приказом МО и науки РФ от 6.10.2009 №373 (с изменениями: приказы Минобрнауки РФ от 26.10.2010 №1241; от 22.09.2011 №2357; от 18.12.2012 № 1060; от 29.12.2014 № 1643; от 18.05.2015 № 507; от 31.12.2015 №1576);

- Примерная основная образовательная программа начального общего образования (<https://fgosreestr.ru/>).

- Рабочей программы по физической культуре 4 класс. К УМК В.И. Лях.: ВАКО, 2015 г.);

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета.**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 4 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

#### ***Личностные результаты:***

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

***Метапредметные результаты:***

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

***Предметные результаты:***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (решительные мероприятия, подвижные игры)
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

**Ожидаемый результат**

В результате реализации программы учащиеся должны знать:

- 1) историю появления баскетбола, развитие баскетбола в нашей стране;
- 2) терминологию технических приёмов игры;

- 3) сокращённые правила баскетбола;
- 4) гигиенические требования, предъявляемые к инвентарю, одежде занимающегося.

В результате реализации программы учащиеся 4 классов должны овладеть основными действиями и приемами игры в баскетбол, принимать участие во внутриклассных и внутришкольных соревнованиях по стритболу и мини-баскетболу, «один на один». А так же должны уметь самостоятельно заниматься во внеурочное время и проводить соревнования по упрощённым правилам на пришкольной площадке. Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма во время игры в баскетбол.

#### Содержание предмета

№ п/п	Содержание занятий	Количество занятий		
		Всего	Теоретич. сведен.	Практические занят.
1.	Развитие баскетбола в России, судейство игры	2	2	
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях			
3.	Общая и специальная физическая подготовка	5		5
4.	Основы техники и тактики игры	25	0	25
5.	Контрольные игры и соревнования	3		3
Итого:		35		33

#### **Содержательное обеспечение разделов программы**

##### ***Развитие баскетбола в России:***

Описание игры, её возникновение и развитие, правила игры.

##### ***Гигиенические сведения.***

Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

##### ***Гигиена места занятий.***

Значение разминки. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

### ***Техника и тактика игры.***

Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

***Техника защиты.*** Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

### ***ОФП и СФП:***

***Бег.*** Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м. Ускорение из различных исходных положений. Бег 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

***Прыжки.*** Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

***Подвижные игры.*** «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Снайпер»

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	№ урока	Изучаемый раздел, тема учебного материала	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности	УУД			
					Личностные	Познавательные	Коммуникативные	Регулятивные
1	1	Знакомство с историей баскетбола. Техника безопасности на занятиях. Требование к одежде и инвентарю	1	Инструкции по технике безопасности.	Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического)	Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме	Участвовать в диалоге на уроке	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления
2	2	Защитная стойка, передвижения баскетболиста. Игра «Охотники и утки».	1	Первичное ознакомление и освоение	Учебно-познавательный интерес к занятиям подвижными играми	Выражать творческое отношение к проведению игры	Уметь слушать правила игры и соблюдать правила в процессе игры	Планировать свои действия при выполнении игры

3	3	Повороты вперед, назад. Игра «Снайпер»	1	Первичное ознакомление и освоение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Осмысление правил игры.	Умение объяснять свой выбор и игру.	Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
4	4	Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная подготовка баскетболиста	1	Развитие двигательных качеств учащихся, специальных умений	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья	Осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий	Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.
5	5,6	Ловля мяча двумя руками на месте. Передача мяча двумя руками от груди.	2	Ознакомление и освоение	учебно-познавательный интерес к занятиям подвижными играми	осуществлять анализ выполненных действий.	уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;	учитывать правило в планировании и контроле способа решения;
6	7,8	Ловля мяча двумя руками в прыжке. Передача мяча двумя руками от груди.	2	Ознакомление и освоение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений	Осмысление правил игры.	Умение объяснять свой выбор и игру.	Освоение способов решения проблем творческого и поискового

					о нравственных нормах.			характера.
7	9,10	Ловля, передача мяча двумя руками в движении. Ведение мяча с высоким, низким отскоком на месте.	2	Обучение и обобщение пройденного материала	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений
8	11	Общая физическая подготовка (ОФП), специальная подготовка.	1	Развитие двигательных качеств учащихся, специальных умений и навыков	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья	Осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий	Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.
9	12,13	Ведение мяча с высоким, низким отскоком, в шаге.	2	Обучение и обобщение пройденного материала	Учебно-познавательный интерес к учебному занятию	Выражать творческое отношение к выполнению упражнений.	Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;	Уметь принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование



								е и развитие двигательных качеств
10	14,1 5	Ловля мяча двумя руками при поступательном движении. Передача от пола.	2	Освоение нового двигательного действия	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений
11	16,1 7	Передача мяча одной рукой. Ведение мяча прямо.	2	Освоение нового двигательного действия	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений,

12	18	Общая физическая подготовка (ОФП).	1	Развитие двигательных качеств учащихся	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья	Осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий	Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.
13	19,20	Ведение мяча по дуге. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита.	2	Освоение нового двигательного действия	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений
14	21	Ведение мяча по дуге.	1	Обучение	Мотивационная основа для занятий спортивными играми	Ориентироваться в игровой ситуации	Уметь слушать особенности игры и соблюдать правила в процессе игры	Учитывать тактические, творческие действия в игре
15	23,22	Броски в корзину двумя руками от груди.	2	Обучение и систематизирование знаний	Формирование и проявление положительных качеств личности,	Осмысление, объяснение своего двигательного	Формирование способов позитивного взаимодействия со	Умение организовать самостоятельную деятельность

		Ведение мяча зигзагом			дисциплинированности , трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	опыта.	сверстниками в парах	с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования , организации мест занятий
16	24	Общая физическая подготовка (ОФП)	1	Развитие двигательных качеств учащихся	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья	Осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий	Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.
17	25	Жесты судьи, организация соревнований по мини-баскетболу.	1	Слушание, конспектирование , просмотр видеофильма	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности , трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря
18	27, 26	Проход с изменением высоты отскока. Броски в корзину двумя руками (добивание)	2	Выполнение заданий по карточкам	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику

					чувствам других людей.			выполнения упражнений
19	29, 28	Остановка прыжком. Броски в корзину двумя руками без отскока от щита.	2	Обучение и систематизирование знаний	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений
20	30	Развитие физических качеств. ОФП. Специальная подготовка (СФП)	1	Групповая работа по станциям (метод круговой тренировки)	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья	Осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий	Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.	Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.

21	32, 31	Обводка соперника с изменением скорости. Броски в корзину двумя руками в движении.	2	Обучение и систематизирование знаний	Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений
22	34, 33	Учебные игры 3х3.	2	Умение вести тактическую игру	Мотивационная основа для занятий спортивными играми	Ориентироваться в игровой ситуации	Уметь слушать особенности игры и соблюдать правила в процессе игры	Учитывать тактические, творческие действия в игре
23	35	Броски в корзину двумя руками в прыжке. Передача мяча одной от плеча.	1	Освоение нового двигательного действия	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 416534327891003442290759540767602278017667815826

Владелец Терентьева Надежда Владимировна

Действителен с 25.08.2023 по 24.08.2024