

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №11  
им. Героя Советского Союза Аипова Махмута Ильичевича  
городского округа Октябрьск Самарской области

**Рассмотрена**

на заседании методического  
объединения учителей  
Протокол № 1  
от «29» августа 2024 г.

**Проверена**

Заместитель директора  
по УВР \_\_\_\_\_ Л.С. Райник  
«30» августа 2024 г.

**Утверждена**

Приказом № 541  
от «30» августа 2024г.  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ О.А. Дунова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
(СПОРТИВНЫЙ КЛУБ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ)  
«БАСКЕТБОЛ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ»  
(1-4 КЛАССЫ)

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол для начинающих» составлена согласно федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования, ООП НОО ГБОУ СОШ №11 г.о. Октябрьск и основными положениями Концепции содержания школьников в области физической культуры. Курс программы предназначен для 1 - 4 классов и рассчитан на 204 ч (3 часа в неделю): 1 - 2 класс – 102 часа, 3 - 4 класс – 102 часа.

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### *Личностные результаты:*

- формирование чувства гордости за свою страну, ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- формирование общих представлений об игре в баскетбол, о её значении в жизни человека, роли укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма; - совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения игре в баскетбол;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям баскетболом, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

### *Метапредметные результаты:*

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства её осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неудач своей деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- определение общей цели и путей её достижения; формирование умения 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 учёта интересов и сотрудничества.

### *Предметные результаты:*

- формирование первоначальных представлений о значении игры в баскетбол для укрепления здоровья человека (физического, социального, психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физического, интеллектуального, эмоционального, социального);
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую деятельность
- (подвижные игры, соблюдение правил игры, оказание первой медицинской помощи и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических данных;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из баскетбола, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности** *Теоретические сведения.*

История появления баскетбола как игры. Баскетбол, как вид спорта. Развитие школьного баскетбола. Необходимое оборудование для игры в баскетбол.

*Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм.*

Соблюдение санитарно-гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

Наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

*Общая физическая подготовка.*

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения для мышц ног и таза. Легкоатлетические упражнения. Подвижные и спортивные игры.

*Специальная физическая подготовка.*

Упражнения для развития быстрого передвижения. Упражнения для развития скоростных и силовых качеств. Упражнения для развития выносливости (кроссовая подготовка)

*Формы организации и виды деятельности: групповые и индивидуальные; игра*

## **3. Тематическое планирование**

### **1 - 2 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1-3	Вводный урок	3
4-6	Техника передачи мяча на месте	3
7-9	Техника передачи мяча на месте	3
10-12	Совершенствование техники передачи мяча на месте	3
13-15	Совершенствование техники передачи мяча на месте	3
16-18	Совершенствование техники передачи мяча на месте	3
19-21	Техника ведения мяча на месте и в движении	3
22-24	Техника ведения мяча на месте и в движении	3
25-27	Техника ведения мяча на месте и в движении	3
28-30	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении	3
31-33	Совершенствование техники владения мячом на месте и в	3

	движении	
34-36	Броски мяча в кольцо	3
37-39	Броски мяча в кольцо	3
40-42	Броски мяча в кольцо	3
43-45	Совершенствование бросков в кольцо	3
46-48	Ловля и передача мяча на месте и в движении	3
49-51	Ловля и передача мяча на месте и в движении	3
52-54	Ведение мяча на месте в движении	3
55-57	Ведение мяча на месте в движении	3
58-60	Подвижные игры	3
61-63	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	3
64-66	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	3
67-69	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	3
70-72	Броски мяча двумя руками с места	3
73-75	Броски мяча двумя руками с места	3
76-78	Броски мяча двумя руками с места	3
79-81	Подвижные игры	3
82-84	Ведение правой (левой) рукой в движении	3
85-87	Ведение правой (левой) рукой в движении	3
88-90	Подвижные игры	3
91-93	Ловля и передача мяча на месте и в движении	3
94-96	Ведение мяча на месте и в движении	3
97-99	Ведение мяча на месте и в движении	3
100-101	Броски в кольцо	2
102	Итоговый урок	1
	<b>итого</b>	<b>102</b>

### 3 - 4 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1-3	Вводный урок	3
4-6	Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди	3
7-9	Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди	3
10-12	Совершенствование техники передачи мяча на месте двумя руками от груди	3
13-15	Техники передачи мяча двумя руками от груди в движении	3
16-18	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди в движении	3
19-21	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	3
22-24	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	3
25-27	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	3
28-30	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления	3
31-33	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления	3
34-36	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	3
37-39	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	3
40-42	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	3
43-45	Совершенствование бросков в кольцо двумя руками от груди	3
46-48	Ловля и передача мяча на месте в кругу	3
49-51	Ловля и передача мяча на месте в кругу	3
52-54	Ведение мяча на месте и в движении	3
55-57	Ведение мяча на месте и в движении	3
58-60	Подвижные игры	3
61-63	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой	3
64-66	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой	3
67-69	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте	3

	правой (левой) рукой	
70-72	Броски мяча двумя руками от груди	3
73-75	Броски мяча двумя руками от груди	3
76-78	Броски мяча двумя руками от груди	3
79-81	Подвижные игры	3
82-84	Ведение мяча с изменением скорости	3
85-87	Ведение мяча с изменением скорости	3
88-90	Подвижные игры	3
91-93	Ловля и передача мяча на месте и в движении	3
94-96	Ведение мяча на месте и в движении	3
97-99	Ведение мяча на месте и в движении	3
100- 101	Броски в кольцо	2
102	Итоговый урок	1
	<b>итого</b>	<b>102</b>