

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ДЕПАРТАМЕНТ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ НИКОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2 г. Никольска»

Рассмотрено, согласовано Методическим советом школы от «29» августа 2023 года Протокол № 1	Принято Педагогическим советом школы от «30» августа 2023 года Протокол № 1	Утверждено приказом директора от 30 августа 2023 года № 221/01-02
--	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Школа баскетбольного мяча»  
для 6 классов  
на 2023-2024 учебные годы

Никольск, 2023

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ДЕПАРТАМЕНТ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ НИКОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2 г. Никольска»

Рассмотрено согласовано Методическим советом школы от «29» августа 2023 года Протокол № 1	Принято Педагогическим советом школы от «30» августа 2023 года Протокол № 1	Утверждено приказом директора от 30 августа 2023 года № 221/01-02
---	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Школа баскетбольного мяча».  
для 6 классов  
на 2023-2024 учебные годы

Никольск, 2023

## Введение

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования;

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями) – далее ФГОС ООО;
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 08.04.2015 № 1/15, в ред. от 28.10.2015 № 3/15);
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минпросвещения России от 11.12.2020 № 712) – далее ФГОС ООО;
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (приказ вступает в силу с 01.09.2021 и действует до 01.09.2027);
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 «О федеральном перечне учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. приказа от 23.12.2020 № 766) – далее Федеральный перечень учебников;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

***Концепция, утвержденная решением коллегии Минпросвещения России от 24.12.2018, протокол № ПК-1вн:***

- Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы;

***Концепция, утвержденная решением коллегии Минпросвещения России от 03.12.2019, протокол № ПК-4вн:***

- План мероприятий по реализации Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержден приказом Минпросвещения России от 25.11.2019 № 636;

План мероприятий по реализации Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Вологодской области, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2020-2024 годы, утвержденной на заседании Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 года, утвержденный заместителем начальника Департамента образования Вологодской области 13.04.2020;

Положения «О рабочей программе по учебному предмету, курсу в МБОУ «СОШ №2 г.Никольска» (ФГОС) от от 31 августа 2017 года №95/ 01-02.

Программа по физической культуре, направлена на:

- реализацию учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивная пришкольная площадка), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (поселковая школа).
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор, и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**Целью** рабочей программы по спортивно-оздоровительному направлению является формирование у учащихся пятых классов основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, что соответствует цели

физического воспитания учащихся по базовому компоненту. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

овладение «школой движений»;

развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

**В основу структуры** положена программа, рекомендованная Департаментом образования г. Москвы. Автор доктор педагогических наук В.И. Лях.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

включает в себя: вводное занятие(1ч)

техническая подготовка(19ч)

тактическая подготовка(14ч)

**В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:**

**Физические упражнения.** Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Игровые формы работы. Самостоятельные занятия. Составление режима дня.

**Групповые и индивидуальные формы работы.** Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Каждое занятие является звеном системы уроков, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом и направленных на освоение учебного материала конкретной темы.

### **ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,

формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,

формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

## Тематическое планирование

№ занятия	Дата		Темы занятий	Кол-во часов	Реализация воспитательного потенциала
	план.	факт.			
1			Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.	1	Соревновательный и игровой метод; групповая работа;  беседа;  взаимоотношение между игроками другой команды;  диалог по результатам игры;  работа в парах;  обсуждение проблемной ситуации
2			Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	1	
3			Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук. Учебная игра.	1	
4			Ведение мяча на месте. Учебная игра.	1	
5			Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.	1	
6			Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра.	1	
7			Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1	
8			Передача одной рукой. Учебная игра.	1	
9			Передача от пола. Учебная игра.	1	
10			Игры в передачах. Учебная игра.	1	
11			Игра «семь передач». Учебная игра.	1	
12			Игра «собачка». Учебная игра.	1	
			Броски мяча		
13			Броски с места. Учебная игра.	1	
14			Броски с места. Учебная игра.	1	
15			Броски в прыжке. Учебная игра.	1	
16			Броски в прыжке. Учебная игра.	1	



17			Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	1
18			Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра.	1
19			Игры в бросках. Учебная игра.	1
20			Эстафеты с элементами баскетбола.	1
21			Тактика игры в защите. Учебная игра.	1
22			Упражнения для игры в защите. Учебная игра.	1
23			Тактика игры в нападении. Учебная игра.	1
24			Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1
25			Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1
26			Учебная игра.	1
27			Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения	1
28			Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения	1
29			Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1
30			Ведение, передача, бросок. Учебная игра.	1
31			Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра.	1
32			Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра.	1
33			Эстафеты с элементами баскетбола.	1
34			Соревнование. Итоговая игра	1

## Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе.

Требования к знаниям	Требования к умениям	Требования к компетенциям.
<p><b>Знать и иметь представление:</b></p> <p>Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• о способах и особенностях движений и передвижений человека,</li> <li>• об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;</li> <li>• о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;</li> <li>• о физических качествах</li> <li>• об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;</li> <li>• о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Составлять, правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;</li> <li>• вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;</li> <li>• организовывать и проводить самостоятельные занятия; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>компетентности здоровьесбережения:</b> знание и соблюдение норм здорового образа жизни; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни;</li> <li>• <b>компетентности интеграции:</b> структурирование знаний, ситуативно-адекватной актуализации знания, расширения приращения накопленных знаний;</li> <li>• <b>компетентности познавательной деятельности:</b> постановка и решение познавательных задач; нестандартные решения, проблемные ситуации их создание и разрешение; продуктивное и репродуктивное познание, исследование,</li> </ul>

его предупреждения.		интеллектуальная деятельность
---------------------	--	-------------------------------

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

- 1.Федеральный государственный образовательный стандарт.
- 2.Программа физического воспитания. Автор И.В. Лях.