

Приложение № 18  
К Основной образовательной программе  
начального общего образования,  
утвержденной приказом  
МАОУ лицей № 39  
от 30.08.2023г. № 57

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
«Баскетбол» для 1 - 4 классов**

*(срок реализации 1 год)*

Содержание	Стр.
1. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	3
2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности	3
3. Тематическое планирование.	5

## 1. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

№	Содержание	Основная направленность
1	Основы знаний	История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правила мини-баскетбола. Жесты судей.
2	Техническая подготовка	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Овладение техникой ведения мяча, техникой ловли, передачи и бросков мяча. Освоение индивидуальных защитных действий. Закрепление техники и развитие координационных способностей.
3	Тактическая подготовка	Тактика свободного, позиционного нападения, личная защита.
4	Общефизическая подготовка	Парные и групповые, акробатические упражнения. Бег, прыжки, подвижные игры. Соревнования.

## 2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

### Личностные результаты:

- *Гражданско-патриотического воспитания:*

становление ценностного отношения к своей Родине — России;  
осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности; сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;  
уважение к своему и другим народам;  
первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

- *Духовно-нравственного воспитания:*

признание индивидуальности каждого человека;  
проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;  
неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

- *Эстетического воспитания:*

уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;  
стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности. - Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:  
соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);  
бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

- *Трудового воспитания:*

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

- *Экологического воспитания:*

бережное отношение к природе;  
неприятие действий, приносящих ей вред.

- *Ценности научного познания:*

первоначальные представления о научной картине мира; познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

**Метапредметные результаты:**

- *Овладение универсальными учебными познавательными действиями:*

1) базовые логические действия: сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

объединять части объекта (объекты) по определенному признаку; определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

2) базовые исследовательские действия:

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть — целое, причина — следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет; анализировать и создавать

текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

- *Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:*

1) общение: воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;

корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей; создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

готовить небольшие публичные выступления;

подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению;

распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

- *Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:*

1) самоорганизация:

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности; корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

### 3. Тематическое планирование.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания
1.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Подвижные игры.
2.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении.
3.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении.
4.	Правила соревнований	1	Теория правил игры в мини-баскетбол и баскетбол. Игра в мини-баскетбол.

5.	Развитие двигательных качеств	1	Пробегание отрезков 40, 60, 100, 200 м. Кросс 1000м. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20м. Ускорение из различных исходных положений.
6.	Тактика нападения	1	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без смены мест
7.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Остановка двумя шагами и прыжком, ведение мяча с разной высотой отскока. Передача одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах, на месте. Бросок мяча после ведения. Игра в мини-баскетбол.
8.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в тройках. Бросок мяча после ведения два шага. Игра в баскетбол
9.	Развитие двигательных качеств	1	Опорные и простые прыжки. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении
10.	Тактика нападения	1	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) со сменой мест
11.	Правила соревнований	1	Жесты судей
12.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение с изменением направления. Бросок мяча после ловли и ведения. Штрафной бросок. Игра в баскетбол.
13.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ведение с изменением высоты отскока. Передача мяча со сменой мест в движении. Бросок после отскока. Игра в баскетбол
14.	Техника передвижений, ведения, передач,	1	Ведение с пассивным сопротивлением. Передача мяча

	бросков		со сменой мест в движении с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в движении. Игра в баскетбол
15.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Передача мяча в движении с пассивным сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра в баскетбол
16.	Развитие двигательных качеств	1	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на Отрезках до 15м. Ускорение из различных исходных положений
17.	Тактика нападения	1	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) со сменой мест
18.	Тактика нападения	1	Нападение быстрым прорывом (1:0), (2:1). Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди»
19.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Игра в баскетбол
20.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Защитные действия 1Х1. Передача и ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Игра в баскетбол
21.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Сочетание приемов: ведение- бросок. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра в баскетбол
22.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Сочетание приемов: ведение-передача-бросок в движении. Обманные движения. Штрафной бросок. Игра в баскетбол
23.	Развитие двигательных навыков	1	Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Челночный бег. Подвижные игры.
24.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. Ведение мяча правой или левой рукой. Бросок мяча двумя руками снизу в движении. Игра.

25.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Бросок мяча одной рукой от плеча с места. Игра в баскетбол
26.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением. Игра в баскетбол
27.	Тактика защиты	1	Защитные действия (1:1) (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Командные защитные действия.
28.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок после отскока. Игра
29.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ловля и передача мяча в парах, тройках в движении. Бросок мяча после ловли и ведения. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Игра.
30.	Техника передвижений, ведения, передач, бросков	1	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением. Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением. Игра.
31.	Тактика защиты	1	Защитные действия (1:1) (1:2). Командные защитные действия. Персональная опека игрока
32.	Тактика игровых действий	1	Совершенствование изученных игровых комбинаций, игра.
33-34	Прием контрольных нормативов	1	Прием контрольных нормативов по ОФП
	ИТОГО	34	