

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тюменевская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрено

на педагогическом совете

протокол № 1

от 30.08.2024 г.

Утверждено

приказом МБОУ «Тюменевская ООШ»

№ 175 от 02.09.2024 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности

«Юный баскетболист»

1-4 классы

Составители:
Старцева Ирина Александровна,
учитель физической культуры,
высшая квалификационная
категория Кудро Вячеслав
Васильевич, учитель физической
культуры,
высшая квалификационная категория.

Тюменево 2024

Планируемые результаты освоение курса внеурочной деятельности «Юный баскетболист»

Личностные результаты освоения рабочей программы курса внеурочной деятельности «Юный баскетболист» при получении начального общего образования отражают:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения рабочей программы курса внеурочной деятельности при получении начального общего образования отражают:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- 9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинноследственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- 11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 12) 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;
- 13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- 14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- 15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- 16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, курса; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1

класс

№ п/п	Содержание курса внеурочной деятельности	Виды деятельности	Формы организации внеурочной деятельности
	<p>Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.</p>	<p>В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению учащиеся должны знать: -основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем; --особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника; -особенности воздействия двигательной активности на организм человека; -основы рационального питания; правила оказания первой помощи; способы сохранения и укрепления здоровья; -основы развития познавательной сферы;</p>	<p>Игры, практическое занятие</p>
	<p>Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Контрольные тесты Выполнение упражнений. Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.</p>	<p>--особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника; -особенности воздействия двигательной активности на организм человека; -основы рационального питания; правила оказания первой помощи; способы сохранения и укрепления здоровья; -основы развития познавательной сферы;</p>	<p>Контрольные тесты Выполнение упражнений</p>
	<p>Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.</p>	<p>--свои права и права других людей; соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях; -влияние здоровья на успешную учебную деятельность;</p>	<p>Контрольные тесты</p>
	<p>Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).</p>	<p>-значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; -знания о “полезных” и “вредных” продуктах,</p>	<p>Контрольные тесты</p>
	<p>Тема 5 . Морально-волевая и</p>		<p>Спортивная игра</p>

	<p>психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность</p>	<p>значение режима питания. Баскетбол уметь: -составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; --выполнять физические упражнения для развития физических навыков; различать “полезные” и “вредные” продукты; -использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит; -определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье; --заботиться о своем здоровье; -находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет; -применять коммуникативные и презентационные навыки; -использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе; -оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах; - находить выход из стрессовых ситуаций; - принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания; - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; -отвечать за свои поступки; отстаивать свою</p>	<p>Баскетбол</p>
--	---	---	------------------

		нравственную позицию в ситуации выбора.	
--	--	---	--

2

класс

№ п/п	Содержание курса внеурочной деятельности	Виды деятельности	Формы организации внеурочной деятельности
	Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению учащиеся должны знать: -основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем; -особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника; -воздействия двигательной активности на организм человека;	Игры, практическое занятие
	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение подготовки как важного фактора повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена	-основы рационального питания; правила оказания первой помощи; способы сохранения и укрепление здоровья;	Контрольные тесты Выполнение упражнений
	Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов	-основы развития познавательной сферы; -свои права и права других людей; соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;	Контрольные тесты Спортивная игра Баскетбол
	Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих, разыгрывающих).	-влияние здоровья на успешную учебную деятельность; -значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; -знания о “полезных” и “вредных” продуктах,	Контрольные тесты Спортивная игра Баскетбол
	Тема 5. Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь,		

	<p>организованность.</p>	<p>значение режима питания. уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; - выполнять физические упражнения для развития физических навыков; различать “полезные” и “вредные” продукты; -использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит; -определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье; -заботиться о своем здоровье; -находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, особенности наркотиков, сигарет; -применять коммуникативные и презентационные навыки; -использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе; -оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах; -находить выход из стрессовых ситуаций; -принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания; -адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; -отвечать за свои поступки; отстаивать свою 	

		нравственную позицию в ситуации выбора.	
--	--	---	--

3

класс

№ п/п	Содержание курса внеурочной деятельности	Виды деятельности	Формы организации внеурочной деятельности
	Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивнооздоровительному направлению учащиеся должны знать: -основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний,	Игры, практическое занятие
	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение подготовки как важного фактора повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена	передающихся воздушнокапельным путем; -особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника; -особенности воздействия двигательной активности на организм человека;	Контрольные тесты Выполнение упражнений
	Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов	-основы рационального питания; правила оказания первой помощи; способы сохранения и укрепление здоровья; -основы развития познавательной сферы; -свои права и права других людей;	Контрольные тесты Спортивная игра Баскетбол
	Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих, разыгрывающих).	соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях; -влияние здоровья на успешную учебную деятельность;	Контрольные тесты Спортивная игра Баскетбол
	Тема 5. Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества	-значение физических	

	<p>спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.</p>	<p>упражнений для сохранения и укрепления здоровья; -знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания. уметь:</p>	
		<p>-составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; -выполнять физические упражнения для развития физических навыков; различать “полезные” и “вредные” продукты; -использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит; -определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье; --заботиться о своем здоровье; -находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет; -применять коммуникативные и презентационные навыки; -использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе; -оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах; -находить выход из стрессовых ситуаций; -принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания; -адекватно оценивать своё</p>	

		поведение в жизненных ситуациях; -отвечать за свои поступки; отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.	
--	--	--	--

4

класс

№ п/п	Содержание курса внеурочной деятельности	Виды деятельности	Формы организации внеурочной деятельности
	Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению учащиеся должны знать: -основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;	Игры, практическое занятие
	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение подготовки как важного фактора повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена	-особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника; -особенности воздействия двигательной активности на организм человека;	Контрольные тесты Выполнение упражнений
	Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов	-основы рационального питания; правила оказания первой помощи; способы сохранения и укрепления здоровья;	Контрольные тесты Спортивная игра Баскетбол
	Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих, разыгрывающих).	-основы развития познавательной сферы; -свои права и права других людей; -влияние здоровья на успешную учебную деятельность;	Контрольные тесты Спортивная игра Баскетбол
	Тема 5. Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость,	-значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; -знания о “полезных” и “вредных” продуктах,	

	<p>решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.</p>	<p>значение режима питания. уметь: -составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;</p>	
		<p>-выполнять физические упражнения для развития физических навыков; различать “полезные” и “вредные” продукты; --использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит; -определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье; -заботиться о своем здоровье; -находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет; -применять коммуникативные и презентационные навыки; -использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе; -оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах; -находить выход из стрессовых ситуаций; --принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания; --адекватно оценивать своё поведение в</p>	

		жизненных ситуациях; -отвечать за свои поступки; отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора	
--	--	--	--

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юный баскетболист»

1класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Тема1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	3
2	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.	10
3	Тема 3. Техническая подготовка.Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.	11
4	Тема 4. Тактическая подготовка.Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).	7
5	Тема 5 . Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.	2
	Итого	33

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юный баскетболист»

2класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Тема1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение	3

	и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	
2	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение подготовки как важного фактора повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена	11
3	Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов	11
4	Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих, разыгрывающих).	7
5	Тема 5. Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.	2
	Итого	34

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юный баскетболист»

3 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры	3
2	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение подготовки как важного фактора повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена	9
3	Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов	11
4	Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика	9

	отдельных игроков (защитников, нападающих , разыгрывающих).	
5	Тема5. Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.	2
	Итого	34

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юный баскетболист»

4класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Тема1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.	3
2	Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Значение подготовки как важного фактора повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена	9
3	Тема 3. Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов	11
4	Тема 4. Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих , разыгрывающих).	9
5	Тема5. Морально-волевая и психологическая подготовка. Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.	2
	Итого	34

