

Краснодарский край, Славянский район, село Ачуево
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 52
муниципального образования Славянский район

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от «31» августа 2016 г. протокол № 1
Председатель И. Н. Пономаренко



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности кружка
«Баскетбол для начинающих»

Уровень образования (класс): начальное общее, *1-4 класс*

Количество часов: **135 часов**

Учитель: Гончаренко Ирина Марьяновна

Программа разработана на основе примерной программы Федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общая характеристика курса

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол для начинающих» - для обучающихся начальной школы, разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании»; требованиями стандарта второго поколения, примерной программой НОО и основными положениями Концепции содержания образования школьников в области физической культуры. Направление – **спортивно-оздоровительное**.

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физическом крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности игры в баскетбол для самовоспитания, саморазвития и самореализации. Программа предназначена для детей 7-10 лет.

Цели программы: формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни; развитие интереса к спортивным играм, творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой.

Данный учебный курс ориентирован на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение знаний о правилах игры в баскетбол, двигательных навыков и умений, необходимых для спортивной игры.

Занятия спортом способствуют укреплению здоровья детей, развитию и совершенствованию скоростно-силовых качеств, быстроты, выносливости, координации движения.

Задачи:

1. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.
2. Формирование общих представлений о баскетболе, его значение в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.
3. Совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения баскетболу.
4. Изучение и совершенствование технических приемов игры.
5. Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств.

Место учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа составлена в соответствии с количеством часов, указанных в основной образовательной программе в части, формируемой

участниками образовательного процесса. на проведение занятий в начальной школе отводится 68 часов ежегодно.

Ценностные ориентиры содержания программы

Содержание программы «Баскетбол для начинающих» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих умения и навыки игры в баскетбол для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Содержание программы

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 быстроты передвижения. Упражнения для развития скоростных и силовых качеств. Упражнения для увеличения высоты прыжка. Упражнения для развития выносливости (кроссовая подготовка).

Результаты освоения курса

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 ситуациях 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 соревнования;
- выполнение технических действий из баскетбола, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Формы занятий:

- состязания;
- эстафеты;
- товарищеские встречи;
- подвижные игры.

Спортивный инвентарь:

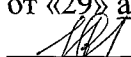
1. Мячи баскетбольные малые.


2. Мячи набивные.
3. Скакалки.
4. Корзины баскетбольные малые.
5. Гимнастические маты.

Формы подведения итогов: классные, школьные соревнования.

Литература

1. Должиков, И.И. Физическая культура. 1 класс: пособие для учителя./И.И. Должиков. – М.: Айрис-Пресс, 2004.
2. Дулин, А.Л. Баскетбол в школе: учеб. пособие: для вузов по специальности «Физкультура и спорт»/ А.Л. Дулин. – Ижевск: Удмуртский государственный университет, 1996.
3. Зинин, А.М. Первые шаги в баскетболе / А.М. Зинин. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 159 с.: ил.
4. Правдов, М.А. Уроки физической культуры. 1-4 классы / М.А. Правдов. – М.: Илекса, 2009.

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
методического объединения
учителей-предметников
от «29» августа 2016г. № 1
 /Г. И. Чернега/

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ООШ № 52
 Т.Н.Пономаренко
«30» августа 2016г.