**Содержание рабочей программы**

1. Пояснительная записка………………………………………………………….. 3
2. Общая характеристика программы по баскетболу ………………..……4
3. Описание места в учебном плане…..…..…. 4
4. Ценностные ориентиры содержания предмета ………………………..4
5. Личностные, предметные и метапредметные результаты освоения ……….…………………………………...…………….4-5
6. Содержание предмета 5 – 9 классов…………...…...5-6
7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности………………………………………………………........................7-9

8.Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения учебной деятельности………………………………………………………….........................9-10

1. Планируемые результаты обучения…………………………………………….10

**I Пояснительная записка.**

Данная программа по баскетболу составлена в соответствии с требованиями федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования на основании: 1.методического пособия « Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол.» Авторы Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.М.

2.На основании положения о внеурочной деятельности в начальной школе по физической культуре.

3.Авторской программы: «Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы» Б.Б.Егоров, Ю.Е. Пересадина 2010 г., и предназначена для муниципального образовательного учреждения для учащихся 3-4 классов.

В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта общего (2 стандарт) образования по физической культуре предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Поэтому одной из важнейших задач физического воспитания является повышение двигательной подготовленности учащихся. Спортивная игра баскетбол способствует привитию ребенку интереса к физическим упражнениям, укрепляет здоровье, благотворно влияя на деятельность сердечно – сосудистой и дыхательной систем и физическое развитие организма в целом. Для развития двигательных качеств и обучения двигательным навыкам и умениям педагогом подбираются упражнения, исходя из возрастных возможностей учащихся и условий для проведения занятий.

Пройденный программный материал систематически повторяется. Усвоение упражнений определяется:

* Уровнем выполнения нормативов;
* Полнотой приобретённых знаний;
* Прочностью освоения двигательных навыков;
* Умением самостоятельно выполнять доступные физические упражнения.

Программа основывается на многообразии средств и методов, что позволяет целенаправленно воздействовать на развитие всех основных функций организма и делает доступной её для детей от 9-10 лет, независимо пола и физической подготовки.

Кроме того, особенностью данной программы является её ориентация не только на физическое развитие ребёнка, но и на сферы психического и эмоционального развития личности.

При создании данной программы изучались следующие программы по развитию двигательных качеств, школьников и методикам обучения игры в баскетболе: Литвинов В. Н. «Развитие двигательных качеств школьника, Ашмарина Б. А. «Теория и методика физического воспитания », Бальсевич В. К. «Здоровье в движении», Егоршина С. А. «Техника но не муштра».

**Особенностью данной программы** является её реализация в системе дополнительного образования для детей разных возрастов и различной физической подготовленности.

**Целью** программы по баскетболу является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности игры баскетбол.

*Программа обучения направлена на:*

* реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса;
* реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
* соблюдение дидактических принципов «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.

**II. Общая характеристика учебного предмета**

Базовым результатом образования в области физической культуры в 3-4 классах является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Игра баскетбол способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Программный материал делится на две части «Основы знаний о физической культуре» и «Физическое совершенствование».

**III. Описание места учебного предмета в учебном плане**

Настоящая программа составлена на 1 часа в неделю во внеурочное время, на 34 уроков в год в соответствии с учебным планом гимназии и рассчитана на 2 года обучения и является программой дополнительного обучения.

**IV. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

*Ценность жизни* – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

*Ценность природы* основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

*Ценность человека* как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

*Ценность добра* – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

*Ценность семьи* как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

*Ценность гражданственности* – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**V. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

***Универсальными компетенциями*** учащихся на этапе начального общего образования по программе баскетбол являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

***Личностными результатами*** освоения учащимися содержания являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

***Метапредметными результатами*** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

***Предметными результатами*** освоения учащимися содержания программы по баскетболу являются следующие умения:

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека,

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижныхи спортивных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- выполнять индивидуальные и групповые действия баскетболистов;

- выполнять строевые упражнения;

-выполнять тестовые нормативы;

-выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол;

-осуществлять судейство на соревнованиях по мини-баскетболу.

**VI. Содержание учебного предмета**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы программы | Кол-во часов  рабочей  программы |
| **1 часть** | **68** |
| Основы знаний о физической культуре | 8 |
| Физическое совершенствование | 60 |

**Содержание программного материала**

**Основы знаний о физической культуре (8ч.).**

Правила предупреждения травматизма во время занятий баскетболом: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Правила баскетбола. Страницы историиЗарождение Олимпийских игр древ­ности. Исторические сведения о раз­витии древних Олимпийских игр (ви­ды состязаний, правила их проведе­ния). Правильная и неправильная осанка. Влияние физических упражнений на основные системы организма

История развития физической культуры и первых соревнований. Олимпийское движение, история происхождения и развития баскетбола в современном мире. Наши соотечественники — олимпий­ские чемпионы. Баскетбол в Российской Федерации на современном этапе.

**Физическое совершенствование (62 ч.)**

*Общая и специальная физическая подготовка,* направления на укрепление здоровья занимающихся, их закаливание, развитие разносторонних физических способностей, повышение работоспособности организма.

* Бег на определенные дистанции
* Силовые упражнения с партнёром
* Прыжки
* Подвижные игры

*Специальная физическая подготовка –* основывается на базе общей, достаточно высокой физической подготовленности занимающихся и предполагает развитие таких физических качеств, специальные для баскетболиста как сила.

* *Обучение и совершенствование техники различных передач мяча партнёру*.
* *Обучение и совершенствование навыков бросков мяча в движении без сопротивления и с сопротивлением* являются основной техникой игры в баскетбол.
* *Тактика игры в баскетбол понимаются* целесообразные индивидуальные и групповые действия баскетболистов, выполняющих определенные игровые функции.
* Контрольные нормативы по пройденным темам– передачи мяча партнеру, броски.
* *Закрепление пройденных тем и применение их на практике* изученного материала и сдач контрольных нормативов проводятся учебные игры между собой.
* *Товарищеские игры (соревнования)* в этом разделе осуществляются выезды на различные турниры по баскетболу, где занимающиеся соревнуются с другими командами.
* *Контрольные нормативы* сдача контрольных тестов по ОФП, СФП.

**VII. Тематическое планирование с определением основных видов деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Темы раздела** | **Основное содержание по темам** | **Универсальные виды деятельности** |
| **Основы знаний** | Краткая характеристика вида спорта  Требования к технике без­опасности.  Олимпийские игры древ­ности.  Возрождение Олим­пийских игр и олимпийско­го движения.  Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.  Характеристика видов  спорта, входящих в прог­рамму Олимпийских игр.  Баскетбол в современном обществе. Проведение самостоятельных занятий | Инструктаж по технике безопасности. Страницы историиЗарождение Олимпийских игр древ­ности. Исторические сведения о раз­витии древних Олимпийских игр (ви­ды состязаний, правила их проведе­ния, известные участники и победи­тели).  Роль Пьера де Кубертена в становле­нии и развитии Олимпийских игр современности.  Цель и задачи современного олим­пийского движения. Первые спортивные клубы в дореволюцион­ной России.  Наши соотечественники — олимпий­ские чемпионы.  баскетбол в Российской Федерации на современном этапе.  *Познай себя*  Росто-весовые показатели.  Правильная и неправильная осанка. Физическое самовоспитание. Влияние физических упражнений на основные системы организма | Изучают историю баскетбола и запоминают име­на выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол  Раскрывают значение техники безопасности в спортивном зале и при проведении спортивных игр. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований.  Определяют цель возрождения Олимпийских игр, объясняют смысл символики и ритуалов, роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения.  Объясняют, чем знаменателен советский период развития олимпийского движения в России. Анализируют положения Федерального закона «О физической культуре и спорте» Регулярно контролируя длину своего тела, опре­деляют темпы своего роста.  Регулярно измеряют массу своего тела с по­мощью напольных весов.  Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с по­мощью специальных упражнений.  Составляют личный план физического самовос­питания.  Выполняют упражнения для тренировки различ­ных групп мышц.  Осмысливают, как занятия физическими упраж­нениями оказывают благотворное влияние на ра­боту и развитие всех систем  организма, на его рост и развитие |
| **Двигательные умения и навыки** | Общая и специальная физическая подготовка. | Стойки игрока. Перемещения в стой­ке приставными шагами боком, ли­цом и спиной вперёд. Остановка дву­мя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комби­нации из освоенных элементов техни­ки передвижений (перемещения в стоике, остановка, поворот, ускорение).  **4класс**  Дальнейшее обучение технике движений.  Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным со­противлением защитника | Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выяв­ляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности |
| Специальная физическая подготовка. | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направле­ния движения и скорости; ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.  4 **класс**  Дальнейшее обучение технике движе­ний.  Ведение мяча в низкой, средней и вы­сокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение с пас­сивным сопротивлением защитника | Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выяв­ляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности |
| Обучение и совершенствование техники. | Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. 4 **класс**  Дальнейшее обучение технике движе­ний | Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимо­сти от ситуаций и условий, возникающих в про­цессе игровой деятельности |
| Обучение и совершенствование навыков бросков мяча. | Броски одной и двумя руками с ме­ста и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления за­щитника.  Максимальное расстояние до корзи­ны — 3,60 м. | Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимо­сти от ситуаций и условий, возникающих в про­цессе игровой деятельности |
| Тактика игры в баскетбол. | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без из­менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».  4**класс**  Дальнейшее обучение технике движе­ний.  Позиционное нападение (5:0) с изме­нением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуа­ций и условий, возникающих в процессе игро­вой деятельности |
| Закрепление и зачётные сдачи. | Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. 4 **класс**  Дальнейшее обучение технике движе­ний | Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимо­сти от ситуаций и условий, возникающих в про­цессе игровой деятельности |
| Закрепление пройденных тем и применение их на практике. | Вырывание и выбивание мяча.  Перехват мяча | Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выяв­ляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности |
| Товарищеские игры.  Контрольные нормативы | Игра по упрощённым правилам ми­ни-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Игра по правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движе­ний | Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относят­ся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для заня­тий на открытом воздухе, используют игру в бас­кетбол как средство активного отдыха  Выполняют специально подобранные самостоя­тельные контрольные упражнения |

**VIII. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса:**

*Оснащенность учебного процесса:*

* *Стандарт основного общего образования по физической культуре*
* *Примерные программы по учебным предметам. .Физическая куль­тура.*
* *Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика (серия «Работаем по но-*
* *вым стандартам»). Г А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (серия «Работаем по новым стан-*
* *Т^А^Калодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым*
* *стандартам»)*
* *Авторской программы: «Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы» Б.Б.Егоров, Ю.Е. Пересадина 2010 г.*
* *Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению*
* *Методические издания по физической культуре для учителей*
* *Федеральный закон «О физической культуре и спорте»*
* *Мячи баскетбольные*
* *Сетка для переноса и хранения мячей*
* *Баскетбольные щиты с кольцами*
* *Сетки для баскетбольных колец*
* *Жилетки игровые разного цвета*
* *Флажки разметочные с опорой*
* *Стойки для обводки*
* *Конусы*
* *Фишки*
* *Свисток судейский*
* *Секундомер*

**VIII. Требования к качеству освоения программного материала**

В результате освоения содержания учебного курса «Баскетбол» учащиеся 3-4 классов получат возможность ***иметь представление:***

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

- о способах изменения направления и скорости движения;

- личной гигиене;

- о правилах игры баскетбол;

***Получат возможность научится:***

-самостоятельно проводить занятия по обучению игры в мини-баскетбол.

-тестировать показатели физического развития и основных физических качеств.

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

- играть в подвижные игры и спортивную игру баскетбол;

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

-выполнять технику различных передач и бросков мяча;

- выполнять индивидуальные и групповые действия баскетболистов;

- выполнять строевые упражнения;

-выполнять тестовые нормативы;

-выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол;

-осуществлять судейство на соревнованиях по мини-баскетболу