

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 37»**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

Павлова М.В

Протокол №1 от  
30.08.202

**УТВЕРЖДЕНО**

МАОУ "Школа №37»

Приказом от 29.08.2024  
№ 29-08-5-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Баскетбол»  
для обучающихся 2 классов**

**Великий Новгород  
2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БАСКЕТБОЛ"

Программа учебного курса внеурочной деятельности на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по учебному курсу внеурочной деятельности разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БАСКЕТБОЛ"

Обучения игре в баскетбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей развития баскетбола, освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спорта;

- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Данная программа рассчитана для обучающихся 2 классов, с различным уровнем физической подготовки, относящихся к основной и подготовительной группе здоровья и имеющих медицинский допуск врача.

Занятия внеурочной деятельности проводятся в форме урока во второй половине дня.

**Форма обучения** – групповая, индивидуальная.

**Методы обучения** – игровой, соревновательный.

**Форма контроля** – тестирование, контрольные испытания.

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БАСКЕТБОЛ"

## 2 КЛАСС

### **Общеразвивающие упражнения (8 часов).**

**Развитие силовых способностей:** комплексы общеразвивающие и локально воздействующих упражнений с внешними отягощениями (масса собственного тела, гантели, эспандер, набивные мячи и т.д.); прыжковые упражнения со скакалкой с дополнительным отягощением; подтягивание туловища на гимнастической перекладине; преодоление комбинированных полос препятствий; подвижные игры с силовой направленностью.

**Развитие скоростных способностей:** бег на месте в максимальном темпе; «челночный бег»; бег по разметкам и на дистанцию 20 метров с максимальной скоростью; бег с ускорениями из различных исходных положений; эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью.

**Развитие выносливости:** равномерный бег в режимах умеренной и большой интенсивности; повторный бег в режиме максимальной и субмаксимальной интенсивности; «кроссовый» бег.

**Развитие координации:** специализированные комплексы упражнений на развитие координации. Игры: Различные варианты салок, «Воробьи и вороны», «Снайперы», «День и ночь», «Перестрелка», «Эстафеты».

### **Спортивные игры (баскетбол) (16 часов)**

**Упражнения без мяча:** основная стойка; передвижения в основной стойке приставными шагами правым, левым боком; остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге.

**Упражнения с мячом:** ведения мяча на месте и в движении (по прямой, по кругу, «змейкой», с изменением направления, ускорением, ловля и передача мяча одной рукой от плеча, с отскоком от пола при параллельном и встречном движении, передача мяча двумя руками от груди (с места, с шагом, со сменой места после передачи); бросок мяча в корзину двумя руками от груди, двумя руками снизу; одной и двумя в прыжке; выполнение «штрафного» броска.

**Тактические действия:** групповые – в защите (заслон), в нападении (быстрый прорыв); индивидуальные – выбивание и вырывание мяча, вбрасывание мяча с лицевой линии, персональная защита.

### **Подвижные игры с элементами баскетбола (10 часов)**

Базовые элементы техники: Игры с передачей, ловлей мяча: «Играй, играй мяч не теряй», «10 передач», «Обгони мяч», «За мячом». Игры для

обучения ведению мяча и броску: «Ловец с мячом», «Пять бросков», «Мяч капитану», стойка баскетболиста, остановки, ведение мяча, передачи мяча, учебная игра по упрощенным правилам.

Спортивные игры: мини-баскетбол, баскетбол по упрощенным правилам, баскетбол по правилам.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- 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;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Метапредметными** результатами программы «Баскетбол» поспортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;
- осуществлять взаимный контроль.

#### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую;

- устанавливать причинно-следственные связи.

### **Коммуникативные УУД:**

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **2 КЛАСС**

#### **Предметные результаты программы учебного курса внеурочной деятельности.**

Первостепенным результатом реализации программы учебного курса внеурочной деятельности «Баскетбол» является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- представлять баскетбол, как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- 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 игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения на занятиях и соревнованиях;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия из баскетбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях, умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В соответствии с планом внеурочной деятельности МАОУ «Школа № 37» на уровне начального общего образования объем часов по учебному курсу внеурочной деятельности «Баскетбол» во 2 классе за 1 год составляет 34 часа.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
2 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Общеразвивающие упражнения	8	<p>Развитие силовых способностей: комплексы общеразвивающие и локально воздействующих упражнений с внешними отягощениями (масса собственного тела, гантели, эспандер, набивные мячи и т.д.); прыжковые упражнения со скакалкой с дополнительным отягощением; подтягивание туловища на гимнастической перекладине; преодоление комбинированных полос препятствий; подвижные игры с силовой направленностью. Развитие скоростных способностей: бег на месте в максимальном темпе; «челночный</p>	<p>Беседа с обучающимися, Игровая деятельность, Познавательная деятельность, Проблемно-ценностное общение, Досугово-развлекательная деятельность, Спортивно-оздоровительная деятельность.</p>	<p><a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>

			<p>бег»; бег по разметкам и на дистанцию 20 метров с максимальной скоростью; бег с ускорениями из различных исходных положений; эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью. Развитие выносливости: равномерный бег в режимах умеренной и большой интенсивности; повторный бег в режиме максимальной и субмаксимальной интенсивности; «кроссовый» бег. Развитие координации: специализированные комплексы упражнений на развитие координации. Игры: Различные варианты салок, «Воробьи и вороны», «Снайперы», «День и ночь», «Перестрелка», «Эстафеты».</p>		
--	--	--	---	--	--

2	Спортивные игры (баскетбол)	16	<p>Упражнения без мяча: основная стойка; передвижения в основной стойке приставными шагами правым, левым боком; остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге.</p> <p>Упражнения с мячом: ведения мяча на месте и в движении (по прямой, по кругу, «змейкой»), с изменением направления, ускорением, ловля и передача мяча одной рукой от плеча, с отскоком от пола при параллельном и встречном движении, передача мяча двумя руками от груди (с места, с шагом, со сменой места после передачи); бросок мяча в корзину двумя руками от груди, двумя руками снизу; одной и двумя в прыжке; выполнение «штрафного»</p>	<p>Беседа с обучающимися, Игровая деятельность, Познавательная деятельность, Проблемно-ценностное общение, Досугово-развлекательная деятельность, Спортивно-оздоровительная деятельность.</p>	<p><a href="https://xn--90acagbhgpc7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpc7c8c7f.xn--p1ai/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>
---	-----------------------------	----	--	---	---

			<p>броска.  Тактические действия:  групповые – в защите (заслон), в нападении (быстрый прорыв);  индивидуальные – выбивание и вырывание мяча, вбрасывание мяча с лицевой линии,  персональная защита.</p>		
3	<p>Подвижные игры с элементами баскетбола</p>	10	<p>Базовые элементы техники: Игры с передачей, ловлей мяча: «Играй, играй мяч не теряй», «10 передач», «Обгони мяч», «За мячом».  Игры для обучения ведению мяча и броску: «Ловец с мячом», «Пять бросков», «Мяч капитану», стойка баскетболиста, остановки, ведение мяча, передачи мяча, учебная игра по упрощенным правилам.  Спортивные игры: мини-баскетбол, баскетбол по</p>	<p>Беседа с обучающимися  Игровая деятельность  , Познавательная деятельность  , Проблемно-ценностное общение,  Досугово-развлекательная деятельность  , Спортивно-оздоровительная деятельность  .</p>	<p><a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>

			упрощенным правилам, баскетбол по правилам.		
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34			

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Техника безопасности на занятиях баскетболом.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

2	Стойка и передвижение игрока. Развитие координационных способностей.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3	Освоение навыков ведения. Ведение мяча на месте.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4	«Метко в корзину», «Мотоциклисты».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой рук.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6	«Скажи, какой цвет», «Ловишки парами».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Остановка двумя шагами.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8	«Ловец с мячом», «Пять бросков». Развитие скоростных способностей.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9	Ведение мяча с обводкой стоек.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10	Ведение мяча с обводкой стоек и соперником.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11	«Мяч капитану», «У кого меньше мячей».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

12	Ловля и передача мяча. Развитие выносливости.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13	«Обгони мяч», «За мячом».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14	Передача одной рукой на месте и в движении.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15	«Четкая передача», «Собачка».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16	Передача от пола. Развитие выносливости.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17	Передача мяча двумя руками от груди в движении.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18	«Играй, играй мяч не теряй», «10 передач».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19	Сочетание приёмов: ведение, передача, бросок. Развитие скоростных способностей.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20	Броски мяча. Броски с места.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21	Броски в прыжке.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22	«Лови – не лови», «Меткий стрелок».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

23	Броски после ведения в двух шагах.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24	Перехват мяча. Развитие силовых способностей.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
25	Совершенствовани е стоек, передвижений и остановок. Прыжок толчком одной и двух ног. Остановка прыжком.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26	Остановка двумя шагами. Повороты вперёд и назад. Бросок одной рукой от плеча и двумя от головы после остановки.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
27	Эстафеты с элементами баскетбола. «Мяч в овушку».	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
28	Тактика игры в защите. Развитие силовых способностей. Учебная игра.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29	Упражнения для игры в защите. Учебная игра.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30	Тактика игры в нападении. «Подвижная цель». Учебная игра.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
31	Упражнения для игры в нападении. Учебная игра.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--plai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

32	Ведение, передача, бросок. Развитие координации. Учебная игра.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
33	Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра.	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34	Соревнование. Итоговая игра	1	0	1	<a href="https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/">https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	34	