

УПРАВЛЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «СЫКТЫВКАР»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Прогимназия № 81» г. Сыктывкара  
(МАОУ «Прогимназия № 81»)

**РАССМОТРЕНО:**

МО специалистов НОО  
МАОУ "Прогимназия № 81",  
протокол № 1 от 31.08.2023

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом  
МАОУ "Прогимназия № 81"  
протокол № 1 от 31.08.2023

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МАОУ "Прогимназия № 81"  
\_\_\_\_\_ Е.И. Габова  
приказ № 186 от 31.08.2023

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

*курса внеурочной деятельности по предмету «Физическая культура»*

## «Баскетбол»

наименование

## начальное общее образование

уровень образования

## 4 года

срок реализации программы

**Возраст обучающихся:** 7 – 11 лет

**Составитель:** Вулджев Дмитрий Георгиевич

**Сыктывкар, 2023**

## Содержание

№		Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержание курса	4
3.	Планируемые результаты освоения программы	9
4.	Тематическое планирование	11
5.	Описание учебно-методического и материально – технического обеспечения курса по внеурочной деятельности	16

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности по физической культуре «Баскетбол» для учащихся 1 – 4 классов разработана в соответствии с требованиями нормативных документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).

Программа внеурочной деятельности «Баскетбол» составлена на основе «Требований к результатам освоения основной образовательной программы», представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2022 г.). Программа разработана с учётом актуальных целей и задач обучения и воспитания, развития обучающихся и условий, необходимых для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов при освоении предметной области «Физическая культура».

**Цель:** формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности при выполнении физических упражнений – во время игры в баскетбол.

**Задачи:**

- приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга;
- вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, баскетболом;
- формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения правилам игры в баскетбол.

### Общая характеристика курса

Программа направлена на обучение сложной технике игры, на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные

игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирования в пространстве, быстроты реакций и перестроения двигательных действий, точности дифференцирования, воспроизведения и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способности к согласованию движений в целостные комбинации.

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога, реализующего программу «Баскетбол», заключается в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ; команды, распоряжения, указания, и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

### **Описание места курса в плане внеурочной деятельности**

Объём учебного времени, отводимого на изучение курса «Баскетбол» в 1 – 4 классах – по 1 часу в неделю с делением класса на подгруппы по половому признаку. В 1 классе 33 часа в год, во 2 – 4 классах по 34 часа в год. Курс рассчитан на 136 часов.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

*Материал программы дается в трех разделах:*

- основы знаний;
- общая и специальная физическая подготовка;
- техника и тактика игры.

В разделе «**Основы знаний**» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «**Общая и специальная физическая подготовка**» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «**Техника и тактика игры**» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

### ***Общая физическая подготовка.***

**Строевые упражнения.** Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя,

расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

**Упражнения для рук и плечевого пояса.** Из различных исходных положений – сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками разновременно, тоже во время ходьбы и бега.

**Упражнения для ног.** Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

**Упражнения для шеи и туловища.** Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений.

**Упражнения для всех групп мышц.** Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками.

**Упражнения для развития силы.** Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекалывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке.

**Упражнения для развития быстроты.** Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с задачей догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

**Упражнения для развития гибкости.** Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

**Упражнения для развития ловкости.** Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевероты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель.

**Упражнения типа «полоса препятствий».** С перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис, в волейбол.

**Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.** Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку. Эстафеты. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

**Упражнения для развития общей выносливости.** Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч.

### *Специальная физическая подготовка.*

**Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.** Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями.

**Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска.** Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега.

**Упражнения для развития игровой ловкости.** Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения.

**Упражнения для развития специальной выносливости.** Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

### *Техническая подготовка.*

Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении. Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту.

### *Тактическая подготовка.*

**Тактика нападения.** Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение.

**Тактика защиты.**

Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаки корзины. Подстраховка. Система личной защиты.

В конце обучения учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

#### Распределение содержания по годам обучения

№	Программный материал	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	Перемещения в стойке баскетболиста	+	+	+	+
2	Прыжок толчком двух ног		+	+	+
3	Прыжок толчком одной ноги		+	+	+
4	Остановка прыжком, остановка двумя шагами			+	+
5	Повороты вперед		+	+	+
6	Повороты назад		+	+	+
7	Ловля мяча двумя руками на месте	+	+	+	+
8	Ловля мяча двумя руками в движении		+	+	+
9	Ловля мяча двумя руками в прыжке		+	+	+
10	Ловля мяча двумя руками при встречном движении		+	+	+
11	Ловля мяча при поступательном движении			+	+
12	Ловля мяча двумя руками при движении сбоку			+	+
13	Ловля мяча одной рукой на месте		+	+	+
14	Ловля мяча одной рукой в движении		+	+	+
15	Передача мяча двумя руками сверху	+	+	+	+
16	Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком		+	+	+
17	Передача мяча двумя руками от груди с отскоком		+	+	+
18	Передача мяча двумя руками снизу с отскоком		+	+	+
19	Передача мяча двумя руками с места	+	+	+	+
20	Передача мяча двумя руками в движении		+	+	+
21	Передача мяча двумя руками в прыжке			+	+
22	Передача мяча двумя руками (встречные)			+	+
23	Передача мяча одной рукой сверху			+	+

24	Передача мяча одной рукой от головы		+	+	+
25	Передача мяча одной рукой от плеча	+	+	+	+
26	Передача мяча одной рукой сбоку			+	+
27	Передача мяча одной рукой снизу с отскоком			+	+
28	Передача мяча одной рукой с места	+	+	+	+
29	Передача мяча одной рукой в движении			+	+
30	Ведение мяча с высоким отскоком	+	+	+	+
31	Ведение мяча с низким отскоком	+	+	+	+
32	Ведение мяча со зрительным контролем	+	+	+	+
33	Ведение мяча без зрительного контроля			+	+
34	Ведение мяча на месте	+	+	+	+
35	Ведение мяча по прямой	+	+	+	+
36	Ведение мяча по дугам	+		+	+
37	Ведение мяча по кругам	+		+	+
38	Ведение мяча зигзагом		+	+	+
39	Броски в корзину двумя руками сверху			+	+
40	Броски в корзину двумя руками от груди	+	+	+	+
41	Броски в корзину двумя руками снизу	+	+	+	+
42	Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита	+	+	+	+
43	Броски в корзину двумя руками без отскока от щита				+
44	Броски в корзину двумя руками с места	+	+	+	+
45	Броски в корзину двумя руками в движении		+	+	+
46	Броски в корзину двумя руками (ближние)			+	+
47	Броски в корзину двумя руками прямо перед щитом	+	+	+	+
48	Броски в корзину двумя руками под углом к щиту		+	+	+
49	Броски в корзину двумя руками параллельно щиту				+
50	Броски в корзину одной рукой от плеча		+	+	+
51	Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита		+	+	+
52	Броски в корзину одной рукой с места		+	+	+



53	Броски в корзину одной рукой в движении		+	+	+
54	Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом		+	+	+
55	Броски в корзину одной рукой под углом к щиту				
<b>Тактика нападения</b>					
1	Выход для получения мяча			+	+
2	Розыгрыш мяча			+	+
3	Атака корзины			+	+
4	«Передай мяч и выходи»			+	+
<b>Тактика защиты</b>					
1	Противодействие получению мяча				+
2	Отсекание соперника при подборе мяча				+
3	Противодействие розыгрышу мяча				+
4	Личная защита				+

### **III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Освоение программы внеурочной деятельности «Баскетбол» направлено на достижение трёх групп результатов: личностных, метапредметных и предметных.

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

— становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

— формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время игры в баскетбол, выполнения совместных заданий;

— проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

— стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

— проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий баскетболом на их показатели.

#### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности.

*Универсальные учебные познавательные действия:*

- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

*Универсальные учебные коммуникативные действия:*

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой в целом и баскетболом в частном;
- управлять эмоциями во время игры в баскетбол, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения игры в баскетбол, обосновывать объективность определения победителей;

*Универсальные учебные регулятивные действия:*

- выполнять комплексы упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- владеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «баскетбол», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятиях «физическая подготовка», «баскетбол», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.
- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять специальные требования по технической и тактической подготовке;
- играть в баскетбол по правилам;

**IV. Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности**

**1 класс – 33 часа**

<b>№</b>	<b>Наименование разделов, блоков, тем</b>	<b>Основные виды внеурочной деятельности</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Корректировка</b>
1.	Правила безопасности во время занятий. Ознакомление с двигательным режимом. Ходьба и бег. Игра «Пятнашки».	Бег приставными шагами. Остановка прыжком по сигналу. Жонглирование мячом. Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Удары мяча о пол с хлопком и ловлей после отскока, тоже с поворотом кругом.	1	
2.	Бросок и ловля мяча снизу на месте.	Ведение мяча на месте последующей его передачей партнеру правой и левой рукой, двумя руками от груди, произвольным способом.	1	
3.	Бросок и ловля мяча снизу на месте. Игра «Пятнашки».	Жонглирование мячом в движении. Бег с мячом в руках, по свистку остановка прыжком с подбрасыванием мяча вверх снизу двумя руками, от груди.	1	
4.	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	Свободное ведение мяча по площадке, по сигналу остановка прыжком. Поворот лицом к корзине. Бросок мяча в кольцо от груди двумя руками с отражением от щита.	1	
5.	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай – поймай!»	Прохождение полосы из пяти препятствий. Эстафеты линейные.	1	
6.	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	Круговая эстафета с переноской мяча, ведением и бросками в кольцо. Слушать инструкцию взрослого.	1	
7.	Передача мяча снизу на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	Соблюдать технику безопасности во время проведения занятий.	1	
8.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.		1	
9.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты. Игра «Мяч соседу».		1	
10.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	
11.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал – садись».		1	
12.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами.		1	

13.	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».		1	
14.	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Мяч соседу».		1	
15.	Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей.		1	
16.	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	
17.	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах»		1	
18.	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.		1	
19.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	
20.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Пятнашки».		1	
21.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Третий лишний»		1	
22.	Ведение мяча в движении. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	
23.	Ведение мяча в движении. Игра «Третий лишний»		1	
24.	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Пересдал – садись».		1	
25.	Передачи мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	
26.	Передачи мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами.		1	
27.	Ведение правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Третий лишний»		1	
28.	Ведение правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Пятнашки».		1	
29.	Ведение правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».		1	

30.	Подвижные игры. ОРУ. Развитие скоростных способностей.		1	
31.	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ.		1	
32.	Ведение мяча на месте и в движении. ОРУ. Игра «Пересдал – садись»		1	
33.	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Подведение итогов.		1	
<b>Итого:</b>			<b>33 часа</b>	

#### 2 класс – 34 часа

№	Наименование разделов, блоков, тем	Основные виды внеурочной деятельности	Количество часов	Корректировка
1.	Вводный урок	Освоить технику	1	
2.	Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди	передачи мяча двумя руками от груди.	2	
3.	Совершенствование техники передачи мяча на месте двумя руками от груди	Выполнять броски мяча в кольцо. Стремиться к	1	
4.	Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди в движении	совершенствованию своих результатов. Выполнять повороты	1	
5.	Совершенствование техники передачи мяча на месте двумя руками от груди в движении	вперед и назад. Ловить мяч двумя руками на месте, в движении.	1	
6.	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	Координировать свои движения при передаче мяча двумя от груди на месте, в движении.	3	
7.	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления	Овладеть способами ведения мяча на месте и левой и правой рукой поочередно.	2	
8.	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	Осознавать влияние физических упражнений на	3	
9.	Совершенствование бросков мяча в кольцо двумя руками от груди	организм человека. Понимать необходимость	1	
10.	Ловля и передача мяча на месте и в кругу	разминки в занятиях спортом. Соблюдать	2	
11.	Ведение мяча на месте и в движении	правила техники безопасности при	2	
12.	Подвижные игры	выполнении упражнений на занятия	1	
13.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой.	баскетболом. Соблюдать правила	3	

14.	Броски мяча двумя руками от груди	работы в команде. Воспринимать критику взрослого, адекватно реагировать на замечания сверстников.	3	
15.	Подвижные игры		1	
16.	Ведение мяча с изменением скорости		2	
17.	Подвижные игры		1	
18.	Ловля и передача мяча на месте и в движении		1	
19.	Ведение мяча на месте и в движении		1	
20.	Броски в кольцо		1	
21.	Итоговое занятие.		1	
		Итого:	34 часа	

### 3 класс – 34 часа

№	Наименование разделов, блоков, тем	Основные виды внеурочной деятельности	Количество часов	Корректировка
22.	Вводный урок	Выполнять повороты вперед и назад. Ловить мяч двумя руками на месте, в движении.	1	
23.	Техника передачи мяча на месте		2	
24.	Совершенствование техники передачи мяча на месте	Координировать свои движения при передаче мяча двумя руками от груди на месте, в движении. Ведение мяча на месте, в движении. Выполнять броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа.	3	
25.	Техника ведения мяча на месте и в движении		3	
26.	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении	Выполнять броски мяча двумя руками от груди с двух шагов. Осознавать влияние физических упражнений на организм человека. Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила	2	
27.	Броски мяча в кольцо		3	
28.	Совершенствование бросков в кольцо	Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила	2	
29.	Ловля и передача мяча на месте и в движении		2	
30.	Ведение мяча на месте и в движении	Осознавать влияние физических упражнений на организм человека. Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила	2	
31.	Подвижные игры		3	
32.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила	3	
33.	Броски мяча двумя руками с места		3	
34.	Подвижные игры	Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила		
35.	Ведение правой (левой) рукой в движении		2	
36.	Подвижные игры	Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила	1	
37.	Ловля и передача мяча на месте и в движении.		1	
38.	Ведение мяча на месте и в движении	1		

39.	Броски в кольцо	работы в команде. Воспринимать критику взрослого, адекватно реагировать на замечания сверстников.	1	
40.	Итоговый урок.		1	

#### 4 класс – 34 часа

№	Наименование разделов, блоков, тем	Основные виды внеурочной деятельности	Количество часов	Корректировка
1.	Вводный урок.	Ловить мяч двумя руками на месте, в движении, в прыжке.	1	
2.	Техника передачи мяча на месте.	Координировать свои движения при передаче мяча двумя от груди на месте, в движении, при встречном и параллельном движении. Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока. Овить мяч и передавать его.	2	
3.	Совершенствование техники передачи мяча на месте.		3	
4.	Техника ведения мяча на месте и в движении		3	
5.	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении		2	
6.	Броски мяча в кольцо		3	
7.	Совершенствование бросков в кольцо		1	
8.	Ловля и передача мяча на месте и в движении		3	
9.	Ведение мяча на месте и в движении		2	
10.	Подвижные игры		1	
11.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой.		3	
12.	Броски мяча двумя руками с места		3	
13.	Подвижные игры		1	
14.	Ведение правой (левой) рукой в движении		2	
15.	Подвижные игры		1	
16.	Ловля и передача мяча на месте и в движении		1	
17.	Ведение мяча на месте и в движении		1	
18.	Броски в кольцо		1	
19.	Итоговый урок	Осознавать влияние физических упражнений на организм человека.	1	

		Понимать необходимость разминки в занятиях спортом. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом. Соблюдать правила работы в команде. Воспринимать критику взрослого, адекватно реагировать на замечания сверстников.		
		Итого:	34 аса	

**V. Описание учебно-методического и материально – технического обеспечения курса по внеурочной деятельности**

***1. Методические материалы:***

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / Авт.-сост. В.И. Лях, А.А. Зданевич М.: Просвещение 2016г.
2. Внеурочная деятельность учащихся «Баскетбол» / Авт.-сост. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: Просвещение, 2013.
3. Подвижные игры 1-4 класс / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2011.

***2. Материально-технические условия:***

- Спортивный зал.
- Щит с кольцом.
- Стойки для обводки (или конусы).
- Гимнастические скамейки.
- Скакалки.
- Гимнастические маты.
- Мячи баскетбольные.
- Гимнастическая стенка.

***3. Организационное обеспечение:***

- необходимый контингент воспитанников;
- утвержденное расписание занятий.