

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Саратовской области**  
**Управление образования администрации Воскресенского**  
**муниципального района Саратовской области**  
**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя**  
**общеобразовательная школа с. Елшанка Воскресенского района**  
**Саратовской области»**

**РАССМОТРЕНО:**

На заседании  
Педагогического совета  
МОУ «СОШ с.Елшанка»  
Протокол №1 от «30» 08 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Директор МОУ «СОШ с. Елшанка  
Воскресенского района Саратовской  
области»

/О.Г.Ереклинцева

Приказ № 90 от «30» 08 2023г.



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**«Стритбол»**

**5 класс**

2023г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности “Стритбол” предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту в 3 классах.

Программа по стритболу для учащихся 5 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил занимающихся, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об **актуальности программы**.

**Целью** программы является формирование разностороннего физически развитой личности, способной активно использовать игру в баскетбол для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### **Задачи программы:**

1. укрепление здоровых учащихся; содействие гармоническому физическому развитию, всесторонне физической подготовленности;
2. подготовку волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих бойцовскими качествами спортсменов;
3. повышение тренировочных нагрузок, уровня владения навыками игры в процессе подготовки.

## 2. ОБЩУЮ ХАРАКТЕРИСТИКУ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

## 3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению “Стритбол” предназначен для учащихся 5 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 2 часов в неделю: 68 часов в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом

развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся.

#### **4. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

Внеклассные занятия по стритболу способствуют развитию личностных качеств учащихся и являются средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенции), которые выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- Умение доносить информацию в доступной, яркой, эмоциональной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

##### **Личностные результаты:**

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

##### **Метапредметные результаты:**

- Характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах самоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий спортом;
- Организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря, оборудования, организации места занятий;
- Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;
- Анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

- Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- Оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонами красоты.
- Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;
- Технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **Предметные результаты:**

- Выполнение технических действий из стритбола, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательными действиями разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

## **5. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **Передачи мяча**

Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении; передача мяча в движении скрестным шагом и приставным;

### **Ведение мяча**

Ведение мяча со сменой ритма движения; ведение мяча с изменением направления движения;

### **Броски мяча в кольцо**

Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок; броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции; броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой; броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями; броски мяча в корзину после передач; броски мяча в корзину со средней дистанции; броски мяча в корзину со дальней дистанции.

### **Двусторонняя учебная игра**

#### **Физическая подготовка**

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

#### **Судейская практика:**

Судейство учебной игры в стритбол

#### **Тактика игры:**

Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения; индивидуальные действия в нападении с дриблингом; индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину; индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов; индивидуальные действия в защите со сменой ритма

движения; индивидуальные действия в защите против дриблинга; индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину; индивидуальные действия в защите против заслонов.

**Учебно-тематический план (68часов).**

№п/п	Содержание	Кол-во часов	ЭОР
1	Передачи мяча	12	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>
2	Ведение мяча	8	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>
3	Броски мяча в кольцо	14	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>
4	Двусторонняя учебная игра	6	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>
5	Физическая подготовка	В процессе занятий	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>
6	Тактика игры	27	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>
7	Судейская практика	2	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>

**Учебно- методическое обеспечение курса:**

**1. Дополнительная литература:**

1. *Лях, В. И.* Программы общеобразовательных учреждений. 1-1 классы : комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М. : Просвещение, 2011.
2. *Лях, В. И.* Тесты в физическом воспитании школьников : пособие для учителя / В. И. Лях. -М. : ООО «Фирма "Издательство АСТ"», 1998.
3. *Лях, В. И.* Мой друг - физкультура : учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2006.
4. *Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа : в 2 ч. Ч. 2. - 4-е изд., перераб. - М. : Просвещение, 2011. - 231 с. - (Стандарты второго поколения).*
5. *Кофман, Л. Б.* Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. - М. : Физкультура и спорт, 1998.
6. *Школьников, Н. В.* Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры. 1-6 классы / Н. В. Школьников, М. В. Тарасова. - М. : Издательство «Первое сентября», 2002.
7. *Ковалько, В. И.* Поурочные разработки по физкультуре. 1—4 классы / В. И. Ковалько. - М. : Вако, 2006.

**2. Интернет-ресурсы:**

- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : <http://festival.1september.ru/articles/576894>
- Учительский портал. - Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-13511>
- К уроку.ru. - Режим доступа : <http://www.k-uroky.ru/load/71-1-0-6958>
- Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx>
- Pedsovet.Su. - Режим доступа : <http://pedsovet.su>

Ргошколу.Ru. - Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru>

Педсовет.org. - Режим доступа : <http://pedsovet.org>

### 3. Учебно-практическое оборудование:

1. Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
2. Скамейка гимнастическая жесткая 2 м; 4 м (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
3. Комплект навесного оборудования - мишени для метания (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
4. Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные (на каждого ученика), массажные (на каждого ученика).
5. Палка гимнастическая (на каждого ученика).
6. Скакалка детская (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
7. Мат гимнастический (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
8. Сетка для переноса и хранения мячей (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
9. Аптечка (демонстрационный экземпляр).

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата планируемая	Дата фактическая
1.	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	7.09	
2.	Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста.	1	7.09	
3.	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	14.09	
4.	Ведение мяча со сменой ритма движения	1	14.09	
5.	Ведение мяча с изменением направления движения	1	21.09	
6.	Ведение мяча с изменением направления движения	1	21.09	
7.	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	28.09	
8.	Ведение мяча со всеми изученными действиями.	1	28.09	
9.	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	5.10	
10.	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	1	5.10	
11.	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	12.10	
12.	Передачи баскетбольного и набивного мяча на месте.	1	12.11	
13.	Передача мяча в движении скрестным шагом приставным.	1	19.10	
14.	Передача мяча в движении скрестным шагом и	1	19.10	

	приставным.			
15.	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением.	1	9.11	
16.	Передача мяча в движении скрестным шагом и приставным с сопротивлением.	1	9.11	
17.	Передачи мяча в игре.	1	16.11	
18.	Передачи мяча в игре.	1	16.11	
19.	Передачи мяча в игре.	1	23.11	
20.	Передачи мяча в игре.	1	23.11	
21.	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения	1	30.11	
22.	Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения	1	30.11	
23.	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	7.12	
24.	Индивидуальные действия в нападении с дриблингом.	1	7.12	
25.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	14.12	
26.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	14.12	
27.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	21.12	
28.	Индивидуальные действия в нападении с бросками мяча в корзину.	1	21.12	
29.	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	28.12	
30.	Индивидуальные действия в нападении с постановкой заслонов.	1	28.12	
31.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	11.01	
32.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	11.01	
33.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	18.01	
34.	Индивидуальные действия в нападении в игре.	1	18.01	
35.	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	25.01	

36.	Индивидуальные действия в защите со сменой ритма движения.	1	25.01	
37.	Индивидуальные действия в защите против дриблинга	1	1.02	
38.	Индивидуальные действия в защите против дриблинга	1	1.02	
39.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину	1	8.02	
40.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину	1	8.02	
41.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину	1	15.02	
42.	Индивидуальные действия в защите против бросков мяча в корзину	1	15.02	
43.	Индивидуальные действия в защите против заслонов	1	22.02	
44.	Индивидуальные действия в защите против заслонов	1	22.02	
45.	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	29.02	
46.	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	29.02	
47.	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	7.03	
48.	Индивидуальные действия в защите в игре.	1	7.03	
49.	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	14.03	
50.	Броски мяча в корзину с трех секундной зоны. Штрафной бросок.	1	14.03	
51.	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции	1	21.03	
52.	Броски мяча в корзину со средней и дальней дистанции	1	21.03	
53.	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.	1	4.04	
54.	Броски мяча в корзину с двух шагов правой и левой рукой.	1	4.04	
55.	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	11.04	
56.	Броски мяча в корзину с остановкой на две ноги и обманными движениями.	1	11.04	
57.	Броски мяча в корзину после передач.	1	18.04	
58.	Броски мяча в корзину после передач.	1	18.04	



59.	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	25.04	
60.	Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок.	1	25.04	
61.	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафно бросок.	1	2.05	
62.	Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафно бросок.	1	2.05	
63.	Учебная игра.	1	9.05	
64.	Учебная игра.	1	9.05	
65.	Учебная игра.	1	16.05	
66.	Учебная игра.	1	16.05	
67.	Учебная игра.	1	23.05	
68.	Учебная игра.	1	23.05	