|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрено»  РуководительМО МБОУ «СтарокакерлинскаяСОШ» \_\_\_\_\_\_\_/Г.М.Иматдинова/  Протокол №1  от « 24 » августа 2021 г. | «Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ«СтарокакерлинскаяСОШ» \_\_\_\_\_\_\_\_\_/Г.Р.Калимова/  « 21 » августа 2021г. | «Утверждаю»  Директор школы МБОУ «СтарокакерлинскаяСОШ» \_\_\_\_\_\_\_ /И.А.Хусаинов/  Приказ№65 от« 21 » августа 2021г. |

**Рабочая программа**

повнеурочной деятельности «Спортивные игры» для 9 класса

МБОУ«Старокакерлинская средняя общеобразовательная школа» Дрожжановского муниципального района Республики Татарстан

Учитель:Халилов Рестям Исламшинович

Категория: первая

Рассмотрено на заседании

Педагогического совета

Протокол № 1 от

« 25 » августа 2021 г.

2021/ 2022 учебный год

Рабочая программа по внеурочной деятельности  «Спортивные игры» для 9 классов  составлена на основании  следующих нормативно-правовых документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ № 373 от 06.10.2009 г);
3. Письмо Минобрнауки России от 14.12.2015 N 09-3564 "О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ";
4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (А.Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков – изд. Просвещение 2013 г.);
5. Основная образовательная программа основного общего образования

Программа рассчитана  9класс -  34 часа в год, 1 час в неделю

**Планируемые результаты освоения учебного материала по внеурочной деятельности**

**в 9 классе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Планируемые результаты** | | |
| личностные | метапредметные | предметные |
| **Обучающийся научится:** характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек.  **Обучающийся получит возможность:**  ответственно относится к учебе, владеть широким арсеналом двигательных действий, критично мыслить, быть инициативным, находчивым, активным при решении задач требующих физической активности, владеть способами самоконтроля. | **Обучающийся научится:**  Использовать свое физическое развитие и физическую подготовленность в повседневной жизни  Составлять индивидуальные комплексы физического развития.  Владеть навыками жизненно необходимых двигательных умений. Максимально применять свои физические возможности.  **Обучающийся получит возможность:**  устанавливать причинно-следственные связи. Выбирать физические упражнения по их функциональной направленности. | **Обучающийся научится**:  Вести правильный здоровый образ жизни, владеть способами организации и проведения физических занятий, физическим упражнениям из базовых видов спорта, регулировать величину физической нагрузки, организовывать физкультурно - оздоровительную деятельность.  **Обучающийся получит возможность**: применять полученные знания для решения задач гармоничного развития личности, выработать устойчивость к неблагоприятному воздействию внешней среды, приобщиться к самостоятельным занятиям физической культурой. |

# Предметные результаты по итогам изучения каждой темы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема** | **Обучающийся научиться** | **Обучающийся получит возможность научиться** |
| **Спортивные игры Баскетбол** | * Понимать терминологию спортивных игр * Правилам и организации соревнований по баскетболу * Технике безопасности при проведении соревнований и занятий. * Организации самостоятельных занятий по спортивным играм. * Регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма. * Составлять план индивидуальных занятий | * Способности работать без постоянного руководства, брать на себя ответственность по собственной инициативе * Умению проявлять инициативу, не спрашивая других, следует ли это делать; * Готовности замечать проблемы и искать пути их решения; * Умению уживаться с другими * Готовности приобретать новые знания по собственной инициативе * Умению перенимать новое у спортсменов более высокого класса |

**Содержание учебного предмета**

**Содержание программы** структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико - техническим действиям баскетболиста.

**Теоретическая подготовка**

**Развитие баскетбола в России.**

История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола за рубежом. Развитие баскетбола в России. Баскетбол как вид спорта. Развитие школьного баскетбола.

**Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.**

Соблюдение санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

**Физическая подготовка**

**1. Общая физическая подготовка.**

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).  
1.2. Подвижные игры.   
1.3. Эстафеты.  
1.4. Полосы препятствий.  
1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

**2. Специальная физическая подготовка.**

2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.  
2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.  
2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.  
2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

#### Техническая подготовка

**1. Упражнения без мяча.**

1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.  
1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:

* с разной скоростью;
* в одном и в разных направлениях.

1.3. Передвижение правым – левым боком.  
1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.  
1.5. Остановка прыжком после ускорения.  
1.6. Остановка в один шаг после ускорения.  
1.7. Остановка в два шага после ускорения.  
1.8. Повороты на месте.  
1.9. Повороты в движении.  
1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.  
1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

**2. Ловля и передача мяча.**

2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.  
2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.  
2.3. Двумя руками от груди в движении.  
2.4. Передача одной рукой от плеча.  
2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.  
2.6. То же после ведения мяча.  
2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.  
2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.  
2.9. Передача одной рукой снизу от пола.  
2.10. То же в движении.  
2.11. Ловля мяча после полуотскока.  
2.12. Ловля высоко летящего мяча.  
2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.  
2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

**3. Ведение мяча.**

3.1. На месте.  
3.2. В движении шагом.  
3.3. В движении бегом.   
3.4. То же с изменением направления и скорости.  
3.5. То же с изменением высоты отскока.  
3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.  
3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.  
3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

**4. Броски мяча.**

4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.  
4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.  
4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.  
4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.  
4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.  
4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.  
4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.   
4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.  
4.9. В прыжке одной рукой с места.  
4.10. Штрафной.  
4.11. Двумя руками снизу в движении.  
4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.  
4.13. В прыжке со средней дистанции.  
4.14. В прыжке с дальней дистанции.  
4.15. Вырывание мяча.  
4.16. Выбивание мяча.

#### Тактическая подготовка

Защитные действия при опеке игрока без мяча.  
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.  
3. Перехват мяча.  
4. Борьба за мяч после отскока от щита.  
5. Быстрый прорыв.  
6. Командные действия в защите.  
7. Командные действия в нападении.  
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

**Календарно – тематическое планирование по физической культуре 9 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема урока | Колич.часов | Дата проведения | |
| Планов. | Фактич. |
| 1 | Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу Стойка игрока Перемещение вперед назад вправо влево | 1 | 08.09.21 |  |
| 2 | Стойка игрока Бег лицом вперед приставными шагами спиной вперед Остановка двумя шагами Ловля мяча двумя руками на уровне груди высоколетящих мячей Ведение мяча правой и левой рукой | 1 | 15.09.21 |  |
| 3 | ОРУ. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления Бросок двумя руками от головы с места и в движении в двухшаговом ритме | 1 | 22.09.21 |  |
| 4 | ОРУ Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления и высоты отскока Обводка стоек Финты без мяча и с мячом | 1 | 29.09.21 |  |
| 5 | Ведение мяча с изменением высоты отскока.  Бросок двумя руками от груди с места и в движении Баскетбольные финты с мячом | 1 | 06.10.21 |  |
| 6 | Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Сочетание приемов с броском мяча в кольцо Вырывание мяча из рук соперника Учебная игра | 1 | 13.10.21 |  |
| 7 | Ведение мяча с изменением направления движения. И высоты отскока мяча Бросок одной рукой от плеча с места и в движении в прыжке из-под защитника Финты Учебная игра | 1 | 20.10.21 |  |
| 8 | Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком Выбивание и вырывание мяча из рук соперника Взаимодействие 2ч2 Учебная игра | 1 | 27.10.21 |  |
| 9 | Сочетание приемов без броска мяча в кольцо Взаимодействие 1x2 и 2x2 Правила соревнований Терминология в баскетболе | 1 | 10.11.21 |  |
| 10 | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий Взаимодействие 1 против одного с выбиванием мяча из руке соперника | 1 | 17.11.21 |  |
| 11 | Игры ,развивающие физические способности Командные действия в нападении и защите | 1 | 24.11.21 |  |
| 12 | Развитие скоростных, силовых ,скоростно-силовых, координационных способностей , выносливости ,гибкости Учебная игра 3x3 4x4 | 1 | 01.12.21 |  |
| 13 | Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком Командные действия в нападении и защите Учебная игра | 1 | 08.12.21 |  |
| 14 | Бросок двумя руками от груди с места и в движении  Сочетание приемов с броском мяча в кольцо  Штрафной бросок | 1 | 15.12.21 |  |
| 15 | Ведение мяча с изменением высоты отскока  Сочетание приемов без броска мяча в кольцо  Баскетбольные финты Учебная игра 3x2 3x4 | 1 | 22.12.21 |  |
| 16 | Бросок одной рукой от плеча с места и в прыжке Финты  Учебная игра | 1 | 12.01.22 |  |
| 17. | Прыжки ,повороты вперед, назад  Взаимодействие в нападении с участием трех игроков Учебная игра | 1 | 19.01.22 |  |
| 18. | ВОЛЕЙБОЛ  Стойка игрока перемещения в стойке приставными шагами Передача сверху двумя руками и прием снизу двумя руками | 1 | 26.01.22 |  |
| 19. | Сочетание способов перемещения Передача сверху и прием снизу Верхняя прямая подача | 1 | 02.02.22 |  |
| 20. | Сочетание способов перемещения Передача сверху и прием снизу Верхняя прямая подача | 1 | 09.02.22 |  |
| 21. | Сочетание способов перемещения Передача сверху и прием снизу Верхняя прямая подача Учебная игра | 1 | 16.02.22 |  |
| 22. | Сочетание способов перемещения Передача сверху и прием снизу Верхняя прямая подача Учебная представление | 1 | 23.02.22 |  |
| 23. | Передача мяча сверху в прыжке через сетку Верхняя прямая подача Нападающий удар с руки Учебная игра | 1 | 03.03.22 |  |
| 24 | Передача мяча сверху в прыжке через сетку Верхняя прямая подача Нападающий удар с руки Учебная игра | 1 | 09.03.22 |  |
| 25. | Передача мяча сверху в прыжке через сетку Верхняя прямая подача Нападающий удар с руки Учебная игра | 1 | 16.03.22 |  |
| 26 | Передача сверху и прием снизу Передача сверху в прыжке Нападающий удар Одиночное блокирование Учебная игра | 1 | 23.03.22 |  |
| 27 | Передача сверху и прием снизу Передача сверху в прыжке Нападающий удар Одиночное блокирование Учебная игра | 1 | 06.04.22 |  |
| 28. | Передача сверху и прием снизу Передача сверху в прыжке Нападающий удар Одиночное блокирование Учебная игра | 1 | 13.04.22 |  |
| 29. | Передача сверху и прием снизу Передача сверху в прыжке Нападающий удар Одиночное блокирование Учебная игра | 1 | 20.04.22 |  |
| 30 | Передача сверху и прием снизу Передача сверху в прыжке Нападающий удар Одиночное блокирование Учебная игра | 1 | 27.04.22 |  |
| 31. | Игры развивающие физические способности Двусторонняя учебная игра | 1 | 04.05.22 |  |
| 32. | Игры развивающие физические способности Двусторонняя учебная игра | 1 | 11.05.22 |  |
| 33. | Игры и эстафеты с мячами скакалками Двусторонняя игра в волейбол | 1 | 18.05.22 |  |
| 34. | Игры и эстафеты Двусторонняя учебная игра | 1 | 25.05.22 |  |