Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кольчугинская школа №2 с крымскотатарским языком обучения»
Симферопольского района Республики Крым
(МБОУ "Кольчугинская школа №2 с крымскотатарским языком обучения")
ул. Новоселов, 13-А, с. Кольчугино, Симферопольский район, РК, 297551
school_simferopolsiy-rayon11@crimeaedu.ru ОГРН 1159102015600 ИНН 9109009294

РАССМОТРЕНО на заседании ШМО Руководитель ШМО _____ Протокол № _от « » августа 2026г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР _____Э.С. Муслядинова « » августа 2026г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «Кольчугинская школа №2 с крымскотатарским языком обучения» _____У.С.Асанова Приказ № от « » августа 2026г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Мяч в кольцо»

Уровень образования: основное общее образование
Срок реализации: 1 год
Классы, в которых реализуется программа: 8, 9 классы
Количество часов: 1 час в неделю; всего 34 часов за год
Составитель: Гафаров Шевкет Шамуратович

с. Кольчугино
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов и методических материалов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция);
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 "Об утверждении федерального образовательного стандарта основного общего образования");
3. Федеральная образовательная программа (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования");
4. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Кольчугинская школа №2 с крымскотатарским яыком обучения»;
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 21 сентября 2022 г. № 858 “Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников”;
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 2 августа 2022 г. № 653 “Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования”.
7. Приказа Министерства Просвещения от о 9 октября 2024 г. N 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства Просвещения РФ касающиеся федеральных образовательных программ НОО, ООО, СОО»
8. При организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий; принцип обеспечения санитарно-эпидемиологической безопасности обучающихся в соответствии с требованиями, предусмотренными санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный № 62296), с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 декабря 2022 г. № 24 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 9 марта 2023 г., регистрационный № 72558), действующими до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573), действующие до 1 января 2027 г. (далее –Санитарно-эпидемиологические требования);

Под внеурочной деятельностью понимается образовательная деятельность, направленная на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы (личностных, метапредметных и предметных), осуществляемая в формах, отличных от урочной. План внеурочной деятельности представляет собой описание целостной системы функционирования образовательной организации в сфере внеурочной деятельности.
Внеурочная деятельность по организации педагогической поддержки представлена следующим курсом: «Мяч в кольцо»
Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.
Форма организации - кружок
Задачи программы:
обучающие
1. Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;

воспитательные
2. содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
3. воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;

развивающие
4. способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости
5. развивать координационные способности и силу воли.

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных возможностей детей 11-15 лет.
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.
В ходе изучения курса «Мяч в кольцо» используются следующие электронные ресурсы:
Спорт.ру — Здесь Вы найдете ежедневные спортивные новости и аналитические обзоры спортивных журналистов. Комментарии российских тренеров и специалистов. Сможете пообщаться на Форуме. Регистрация не нужна.
ФизкультУРА — На сайте можно смотреть видео, читать и скачивать статьи, программы, книги о спорте, воспитании, оздоровлении, физиологии. Представлено много материала по методике и технике обучения в отдельных видах спорта. Удобный поиск материала по карте сайта. Регистрация не нужна.
Уроки баскетбола. Баскетбольные тренировки от «А» до «Я» — На сайте представлены уроки баскетбола от специалистов отечественной и заокеанской школ баскетбола.
- «; — баскетбольный портал — Новости, справочные материалы, тексты книг и пр. по баскетболу и стритболу. Календарь и результаты российских и международных матчей. Фото- и видеогалереи баскетболистов. Форум и блоги.
Все о баскетболе — информационный сайт об игре в баскетбол
Мир баскетбола — на сайте собраны не только различные игры с баскетбольным мячом, но и другая полезная информация, которая должна хотя бы побывать в голове баскетболиста: действующие БК (баскетбольные клубы) России, музыка про баскетбол, полезное видео, история баскетбола и т.д.

В 8 классах выделяется по 34 часа в год (1 ч/неделю); в 9 классах выделяется по 34 часа в год (1 ч/неделю).
Содержание курса внеурочной деятельности

8 класс

Теоретическая подготовка (2ч.) Правила техники безопасности. Вводная тренировка. Беседа «меры безопасности», «правило игры». Учебная игра.

Общая физическая подготовка (10ч.) Освоение навыков ведения. Ведения мяча со сменой рук. Учебная игра. Освоение навыков ведения. Ведения мяча со сменой рук. Учебная игра. Ведение мяча на месте учебная игра. Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра. ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры. Ловля и передача мяча. Учебная игра. Передача одной рукой. Учебная игра. Передача от пола. Учебная игра. Игры в передачах. Учебная игра. Игра «собачка». Учебная игра. Броски мяча.

Техническая подготовка (14ч.) Броски с места. Учебная игра. Броски в прыжке. Учебная игра. Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра. Игры в бросках. Учебная игра. Эстафеты с элементами баскетбола. Упражнения для игры в защите. Учебная игра. Тактика игры в защите. Учебная игра. Тактика игры в нападении. Учебная игра. ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Упражнения для игры в нападении. Учебная игра. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры. ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры. Стойка баскетболиста. ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры. ОРУ. Техника передвижения по площадке. Броски по кольцу в прыжке. ОРУ. Броски по кольцу с дальних и средних дистанций. Круговая тренировка. Подвижные игры.

Тактическая подготовка (7ч.)

ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Групповые действия в нападении. Командные действия в защите. Подвижные игры. Учебная игра. Броски по кольцу. Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения.

Ведение, передача, бросок. Учебная игра. Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра. Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра.

Контрольные испытания (1ч.) ОРУ. Контрольные испытания. Подвижные игры.

9 класс

Введение. Теоретическая подготовка (2ч.) Правила техники безопасности. Вводная тренировка.

ТБ и правила поведения на занятиях. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке; вперед, назад, вправо, влево.

Общая физическая подготовка (10ч.)

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений. Скоростные рывки из различных исходных положений. Игры и эстафеты с мячом. Скоростные рывки из различных исходных положений. Игры и эстафеты с мячом. Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу. Остановки: двумя шагами, прыжком. ОФП Остановки: двумя шагами, прыжком. ОФП. Прыжки, повороты вперед, назад. Правила техники баскетбола. Игра по упрощённым правилам баскетбола. Прыжки, повороты вперед, назад. Правила техники баскетбола. Техника перемещений. Игры и эстафеты с мячом. Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки). Игра «собачка». Учебная игра. Броски мяча.

Техническая подготовка (14ч.) Броски с места. Учебная игра. Броски в прыжке. Учебная игра. Броски после ведения в двух шагах. Учебная игра. Игры в бросках. Учебная игра. Эстафеты с элементами баскетбола. Тактика игры в защите. Учебная игра. Упражнения для игры в защите. Учебная игра. Тактика игры в нападении. Учебная игра. Упражнения для игры в нападении. Учебная игра. ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры. ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры. Стойка баскетболиста. ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры. ОРУ. Техника передвижения по площадке.

Броски по кольцу в прыжке. ОРУ. Броски по кольцу с дальних и средних дистанций. Круговая тренировка. Подвижные игры.
Тактическая подготовка (7ч.)
ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Групповые действия в нападении. Командные действия в защите. Подвижные игры. Учебная игра. Броски по кольцу. Зонная защита. Учебная игра. Комбинированные упражнения.
Ведение, передача, бросок. Учебная игра.
Совершенствование в ведение, передачах, бросках. Учебная игра. Броски в колонне, в двух колоннах. Учебная игра.
Контрольные испытания (1ч.) ОРУ. Контрольные испытания. Подвижные игры.

Планируемые результаты освоения курса

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать:

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь:

- Выполнять основные технические приемы баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности:

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Ожидаемые результаты освоения обучающимися программы оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

– формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
– воспитание морально-этических и волевых качеств;
– дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
– умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
– умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

– определять наиболее эффективные способы достижения результата;
– умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
– уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
– организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
– умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
– умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

– знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
– знать о физических качествах и правилах их тестирования;
– выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
– владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
– знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
– владеть основами судейства игры в баскетбол.

Формирование универсальных учебных действий

Личностные, коммуникативные

• рассматривать физическую культуру как явление культуры;

• характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

• руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

Личностные. коммуникативные, регулятивные

• использовать занятия кружка и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

• взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности.

Личностные

• выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

• выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;

Тематическое планирование

8 класс

№	Наименование разделов и тем	Кол. час.
1	Теоретическая подготовка	2
2	Общая физическая подготовка	10
3	Техническая подготовка	14
4	Тактическая подготовка	7
5	Контрольные испытания	1
	Итого	34

9 класс

№	Наименование разделов и тем	Кол. час.
1	Введение. Теоретическая подготовка	2
2	Общая физическая подготовка	10
3	Техническая подготовка	14
4	Тактическая подготовка	7
5	Контрольные испытания	1
	Итого	34