****

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

  Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 8 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

- Федерального Государственного стандарта основного общего образования

* основной образовательной программы БОУ «Русскополянская школа №2»
* положения о рабочей программе по внеурочной деятельности

 Данная программа является модифицированной, составлена на основе плана и программ:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы   В.И.  Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2008г., допущенной Министерством  образования и науки Российской Федерации

- *Григорьев, Д. В.* Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М. : Просвещение, 2010. – 223 с. – (Стандарты второго поколения).

- Формированиеуниверсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий : пособие для учителя / под ред. А. Г. Асмолова. – М. : Просвещение, 2010. – 159 с. – (Стандарты второго поколения).

**Актуальность программы:** Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительном направлению. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

**Цель программы:** развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

**Задачи программы** направлены на:

* Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
* Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
* Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
* Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
* Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
* Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
* Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

**Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности**

**Личностные результаты**:

**-** формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

- установка на безопасный здоровый образ жизни

**Метапредметные результаты.**

**Регулятивные УУД:**

-принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;

-осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;

-анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;

-прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;

-самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

**Познавательные УУД:**

* анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
* формулировать проблему;
* строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
* различать обоснованные и необоснованные суждения;
* преобразовывать практическую задачу в познавательную;

**Коммуникативные УУД:**

* принимать участие в совместной работе коллектива;
* координировать свои действия с действиями партнеров;
* корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
* задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
* осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
* содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников **Предметные результаты**:
* обобщать, делать несложные выводы;
* давать определения тем или иным понятиям;
* выявлять закономерности и проводить аналогии;
* создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
* осуществлять ***принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении*** ***учащихся*** с разными образовательными возможностями.

**Результаты внеурочной деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

К концу года учащийся овладеет

* Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике, спортивной гимнастике;
* Технику безопасности , применяемую в базовых видах спорта;
* Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
* Историей возникновения Олимпийских игр;
* Правилами здорового образа жизни;
* Техникой и тактикой командных действий;
* Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
* Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
* Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
* Техникой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
* Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;

**Формами подведения итогов** освоения программы внеурочной деятельности являются:

• создание буклетов, плакатов;

• участие в «Дне здоровья».

**Содержание программы**

**Сроки реализации программы:** 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю в течение года. Всего – 68 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является –**групповая**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

**Виды деятельности:** занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

**Тематический план**

| №  п/п | **Тема** | **Содержание** |
| --- | --- | --- |
| 1. | Введение | (1ч.)Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр. |
| 2. | Легкая атлетика | (9ч.)Общеразвивающие упражнения, эстафеты из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. В содержание включаются подвижные игры: Линейная и встречная эстафеты, эстафеты с гандикапом, эстафеты в кругу и в парах, «Мячом в цель», «День и ночь» , «Гусеница» ,пятнашки по кругу «Второй лишний» , «Третий лишний» , «Охотники» , «Снайперы» , эстафета «Челночный бег с переносом кубиков». |
| 3. | Гимнастика с основами акробатики | (7ч.)Общеразвивающие упражнения, эстафеты из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. В содержание включаются подвижные игры: Полоса препятствий, эстафета «Передал — садись», «Бой петухов» , «Перетягивание канатов» , «Бег с кувырками» ,«Спиной к финишу» , «Борьба всадников». |
| 4. | Спортивные игры | (17ч.)Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятнай последнего» , «10 передач» , «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов». |
| ИТОГО | | (34ч.) |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п\п** | **Дата** | **Тема занятия** | | **Кол-во часов** |
|  |  | **Спортивные игры** | | **68** |
| **Введение** | | | | **1** |
| 1 |  | Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр. | | 1 |
| **Легкая атлетика** | | | **18** | |
| 2-3 |  | Изучение выполнения низкого старта | | 2 |
| 4-5 |  | Изучение выполнения высокого старта | | 2 |
| 6-7 |  | Изучение технике передачи эстафеты | | 2 |
| 8-9 |  | Обучение технике бега по виражу | | 2 |
| 10-11 |  | Эстафеты в парах | | 2 |
| 12-13 |  | Линейная эстафета | | 2 |
| 14-15 |  | Встречная эстафета | | 2 |
| 16-17 |  | Эстафеты в кругу | | 2 |
| 18-19 |  | Эстафеты с гандикапом | | 2 |
| **Гимнастика с основами акробатики** | | | | **14** |
| 20-21 |  | Эстафеты с подлезанием и перелезанием. | | 2 |
| 22-23 |  | Полоса препятствий. | | 2 |
| 24-25 |  | Гимнастические упражнения (опорный прыжок) | | 2 |
| 26-27 |  | Гимнастические упражнения с предметами (скакалка , гимн. палка ,н/б мячи) | | 2 |
| 28-29 |  | Акробатические упражнения (висы ,упоры , упр. на равновесие) | | 2 |
| **Спортивные игры** | | | | **33** |
| 30-31 |  | Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом. | | 2 |
| 32-33 |  | Игры эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка» | | 2 |
| 34-35 |  | Игра в бадминтон.(Подачи) | | 2 |
| 36-37 |  | Игра в бадминтон .(Удары слева ,сверху и снизу) | | 2 |
| 38-39 |  | Игра в бадминтон .(Двусторонняя игра) | | 2 |
| 40-41 |  | Игра в бадминтон.(Двусторонняя игра) | | 2 |
| 42-43 |  | Игра в волейбол (нападающий удар в тройках через сетку) | | 2 |
| 44-45 |  | Игра в волейбол (прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером) | | 2 |
| 46-47 |  | Игра в волейбол (одиночное блокирование) | | 2 |
| 48-49 |  | Игра в волейбол (двусторонняя игра) | | 2 |
| 50-51 |  | Игра в волейбол (двусторонняя игра) | | 2 |
| 52-53 |  | Игра в баскетбол (зонная защита) | | 2 |
| 54-55 |  | Игра в баскетбол ( защитные действия против игрока без мяча и с мячом) | | 2 |
| 56-57 |  | Игра в баскетбол (комбинированная защита) | | 2 |
| 58-59 |  | Игра в баскетбол (ведение мяча с сопротивлением) | | 2 |
| 60-61 |  | Игра в баскетбол (бросок двумя руками от головы с места) | | 2 |
| 62-63 |  | Игра в баскетбол ( учебная игра) | | 2 |
| 64-65 |  | Игра в баскетбол (стритбол) | | 2 |
| 66-68 |  | Игра в баскетбол ( двусторонняя игра) | | 3 |
|  |  | **Итого** | | 68 |

**Информационно-методическое обеспечение**

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски СD с фонограммами, музыкальный центр.

**Для учителя:**

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005.-157.: ил.- (Школа развития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Примерная  основная   образовательная   программа образовательного учреждения. Начальная школа   (сост.Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
8. Рабочие     программы     по  физической   культуре.  1-11  классы  (по программам   В.И.  Ляха) 2007.-126с-(Образовательный  стандарт).
9. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;
10. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
11. ФГОС 2 поколения
12. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

.

**Интернет-ресурсы**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – Режим доступа : http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588

2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm