

**Пояснительная записка.**

Программа по  внеурочной деятельности   «Подвижные игры» для 7 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного    общего   образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего    образования. - М.: Просвещение, 2013);

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9классы. - М.: Просвещение, 2013 год);

-  учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012);

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

* Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
* Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
* Базисный учебный план общеобразовательных учреждений РФ. Приказ МО РФ от 09.03.2004г. № 1312 (ред. От 30.08.2011г.).
* Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
* О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
* О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

**Цель программы:**

* Реализация содержания программы основного общего образования по  курсу в соответствии с установленным количеством часов плана внеурочной деятельности основного общего образования.
* формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;
* способствовать решению проблемы повышения двигательной активности школьников и развитию физических качеств, повышению функциональных возможностей организма.

**Основными задачами рабочей программы являются:**

Определение содержания, объема, порядка изучения курса с учетом целей, задач и особенностей образовательной деятельности  школы и контингента учащихся.

* понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
* овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий;
* приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
* расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств;
* формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных 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 счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;
* приобретение необходимых теоретических и методических знаний в области подвижных игр;
* овладение основными приёмами современной техники и тактики игры;
* воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества.

**Общая характеристика программы.**

 Направленность программы внеурочной деятельности «Подвижные игры». По направлению программа является физкультурно-оздоровительной; по функциональному предназначению – оздоровительной и общекультурной; по форме организации – внеурочная деятельность. Программа разработана с учётом практических рекомендаций по организации системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья подростков в образовательной среде (из информации по ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015г.г.», ФГОС – II). Концептуальные положения.

 1. Игра – исторически сложившееся явление общественной жизни.

 2. «Упражнение в радости» - возможность обретения личностью своего «Я».

 3. Игры направлены на всестороннее физическое развитие учащихся и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни качеств, являются одним из наиболее действенных средств физического воспитания подрастающего поколения.

 4. Ведущая роль практических занятий. Актуальность. Совместное постановление Министерства образования, Госкомспорта и Минздрава России от 16 июля 2002 года о введении трёх обязательных уроков физической культуры в общеобразовательной школе – реальный шаг к решению проблемы повышения двигательной активности школьников, которые играют огромную роль в непрерывном образовании личности. Основная образовательная программа основного общего образования реализуется образовательным учреждением через урочную и внеурочную деятельность с соблюдением требований государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

Педагогическая целесообразность.

 Игры как модель современной жизни. Ибо сутью и особенностью игр является мгновенная смена ситуаций, необходимость принимать решения в кратчайшие промежутки времени, ориентировка в сложной двигательной деятельности, выполнение игровых действий с мячом и без мяча. Привитие организаторских, судейских навыков.

 Отличительной особенностью программы является то, что игры – важное средство в системе образования и воспитания подрастающего поколения, в формировании ЗОЖ, в организации отдыха и досуга, в восстановлении и развитии телесных и духовных сил. В этом проявляется ценность подвижных и спортивных игр для личности и общества и её образовательное, воспитательное, оздоровительное и общекультурное значение.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). То есть в основе программы лежит идея саморазвивающего обучения, которое включает в себя все сущностные качества технологий развивающего обучения и дополняет их особенностями: - деятельность учащегося организуется не только как удовлетворение двигательной потребности, но и целого ряда других потребностей саморазвития личности; - в самоутверждении (самовоспитание, самоопределение амплуа (защитник или нападающий), свобода выбора игровых действий); - в самовыражении (творчество, поиск своих способностей и сил); - в защищённости (саморегуляция, выполнение правил игры, коллективная деятельность, самоопределение); - в самоактуализации (достижение личных спортивных результатов, адаптация в социуме).

**Место предмета в учебном плане**:

Согласно действующему в школе учебному плану  календарно-тематический план предусматривает **организацию учебного процесса обучения в объеме 1 часа в неделю в течение всего учебного года**. (35 часов).

**Особенности возрастной группы**

Данная программа рассчитана на обучающихся 7 классов в возрасте 11-13 лет. У семиклассников над всеми психическими процессами доминируют словесно-логическое и образное мышления, на которые опирается материал предметов 7-го класса. В седьмом классе основным механизмом познания окружающего мира является учебная деятельность. С приходом к разным учителям изменяются интересы, направленные к отдельным школьным предметам.

**Формы проведения занятий**

           Внеурочная деятельность по данной программе основана на двух формах: индивидуальная, групповая. Ведущей формой организации занятий является групповая работа. Во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям.

          Каждое занятие состоит из двух частей – теоретической и практической. Теоретическую часть педагог планирует с учётом возрастных, психологических и индивидуальных особенностей обучающихся. Программа предусматривает проведение занятий, интегрирующих в себе различные формы и приемы игрового обучения.

        С целью достижения качественных результатов желательно, чтобы учебный процесс был оснащен современными техническими средствами, средствами изобразительной наглядности, игровыми реквизитами. С помощью мультимедийных элементов занятие визуализируется, вызывая положительные эмоции у  учащихся и создавая условия для успешной деятельности каждого ребенка.

**Требования к уровню подготовленности учащихся**

ФГОС второго поколения предъявляют особые требования к результатам освоения основных общеобразовательных программ. Данные результаты структурируются в соответствие с основными задачами общего образования, учитывающими индивидуальные, общественные и государственные потребности. Типологически образовательные результаты представлены следующим образом:

* предметные;
* метапредметные;
* личностные.

В концепции ФГОС второго поколения под предметными результатами понимается «усвоение обучаемым конкретных элементов социального опыта, изучаемого в рамках отдельного учебного предмета, — знаний, умений и навыков, опыта решения проблем, опыта творческой деятельности». Метапредметные результаты понимаются как «освоенные обучающимися на базе одного, нескольких или всех учебных предметов способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях».  Личностные результаты должны отразиться в сформированности системы ценностных отношений обучающихся к себе, другим участникам образовательного процесса, самому образовательному процессу и его результатам в образовательном процессе.

Федеральные государственные образовательные стандарты второго поколения значительное внимание уделяют метапредметным и личностным образовательным результатам. Внеурочная деятельность ориентирована на работу с интересами учащихся, развитием их личностных компетенций.

**Предполагаемый результат освоения программы по внеурочным занятиям «Подвижные игры»**

В результате реализации данной программы учащиеся должны:

Знать/понимать:

∙ История возникновения игр;

 ∙ Правила игр;

 ∙ Технику безопасности на занятиях;

∙ Упражнения для развития физических качеств.

Должны уметь:

∙ Сочетать изученные технико – тактические приёмы и применять их в игре;

∙ Организовывать соревнования и осуществлять их судейство.

**Формы контроля и подведения итогов реализации программы:**

Оценка знаний и умений обучающихся проводится с помощью итогового теста, в конце обучения каждого раздела программы включены матчевые встречи для овладения изученными приемами непосредственно в игре.

**Содержание программы обучения:**

1. **Теоретические сведения:**

Подвижные игры:

- История возникновения игр.

- Правила игр.

- Организация и проведения подвижных игр.

- Инструктаж по ТБ на занятиях подвижными играми.

Подвижная игра «Баскетбол»:

-История возникновения подвижной игры.

- Её роль в подготовке к занятиям спортом.

 - Правила игры, участники, состав команд.

 - Инструктаж по ТБ на занятиях.

**2 Практическая подготовка:**

Подвижные игры:

 -Перемещения, остановки, повороты;

- Бег с изменением скорости, направления;

- Различные упражнения с мячами;

 -Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.

Подвижная игра «Волейбол»:

- Тактика игры в нападении: а) Индивидуальные действия; б) Групповые действия; в) Взаимодействие 2-х, 3-х игроков; г) Командные действия.

-Тактика игры в защите: а) Индивидуальные действия; б) Групповые действия; в) Взаимодействие 2-х, 3-х игроков; г) Командные действия.

-  учебная игра.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | **Название тем** | **Количество часов** | | |
| **теория** | **практика** | **всего** |
| 1 | «Баскетбол» | В процессе занятий | 15 | 15 |
| 2 | «Волейбол» | В процессе занятий | 20 | 20 |
|  | Общее количество  часов |  |  | **35** |

**Методическое обеспечение.**

Данная программа построена в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта по физической культуре и ФГОСи зависит от региона, его особенностей – климатических, национальных, а также от возможностей материальной физкультурно-спортивной базы. Предлагаемое тематическое планирование рассчитано на условия типовых образовательных учреждений со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортинвентаря. Организационные условия, позволяющие реализовать содержание программы, предполагают наличие спортивного зала, спортивных площадок с разметкой волейбольной и баскетбольной площадок. Для практических занятий по программе необходимы: баскетбольные, волейбольные мячи, свистки, доска, гимнастические скамейки, подвесные мячи, волейбольная сетка, перекладины, гимнастические скакалки, секундомер, протоколы и др.

УТВЕРЖДАЮ»

Директор

МБОУ «Барановская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Сухотерина И.Б.)

Приказ №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

**Календарно - тематическое планирование 7 класс**

**по программе внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры »**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название темы/урока** | **Часы** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
|  | **Баскетбол** |  |  |  |
| 1 | Правила ТБ. Правила игры баскетбол.Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. | 1 | **07.09.2022** |  |
| 2 | Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. | 1 | 14.09.2022 |  |
| 3 | Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. | 1 | 21.09.2022 |  |
| 4 | Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием. | 1 | 28.09.2022 |  |
| 5 | Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. | 1 | 05.10.2022 |  |
| 6 | Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1). | 1 | 12.10.2022 |  |
| 7 | Комбинации: ловля, передача. | 1 | 19.10.2022 |  |
| 8 | Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. | 1 | 26.10.2022 |  |
| 9 | Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. | 1 | 09.11.2022 |  |
| 10 | Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием. | 1 | 16.11.2022 |  |
| 11 | Выбивание мяча. | 1 | 23.11.2022 |  |
| 12 | Перехват мяча. | 1 | 30.11.2022 |  |
| 13 | Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием. | 1 | 07.12.2022 |  |
| 14 | Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием. | 1 | 14.12.2022 |  |
| 15 | Спортивная игра. | 1 | 21.12.2022 |  |
| **Волейбол** | |  |  |  |
| 16 | Правила ТБ. Правила игры, расстановка игроков. Нижняя прямая подача мяча. | 1 | 28.12.2022 |  |
| 17 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. | 1 | 11.01.2023 |  |
| 18 | Верхняя прямая подача мяча. | 1 | 18.01.2023 |  |
| 19 | Позиционное нападение без изменения. | 1 | 25.01.2023 |  |
| 20 | Спортиная игра. | 1 | 01.02.2023 |  |
| 21 | Игра по упрощённым правилам  мини-волейбола. | 1 | 08.02.2023 |  |
| 22 | Правила ТБ. История волейбола. | 1 | 15.02.2023 |  |
| 23 | Изучение стоек игрока. | 1 | 22.02.2023 |  |
| 24 | Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. | 1 | 01.03.2023 |  |
| 25 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. | 1 | 15.03.2023 |  |
| 26 | Приём мяча сверху двумя руками на месте. | 1 | 22.03.2023 |  |
| 27 | Спортиная игра. | 1 | 29.03.2023 |  |
| 28 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. | 1 | 05.04.2023 |  |
| 29 | Нижняя прямая подача. | 1 | 12.04.2023 |  |
| 30 | Верхняя прямая подача. | 1 | 19.04.2023 |  |
| 31 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. | 1 | 26.04.2023 |  |
| 32 | Спортиная игра. | 1 | 03.05.2023 |  |
| 33 | Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. | 1 | 10.05.2023 |  |
| **34** | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. | 1 | 17.05.2023 |  |
| **35** | Спортиная игра. | 1 | 24.05.2023 |  |
|  | Всего часов | 35 |  |  |

**Список литературы:**

1. Е.Л. Гордияш, «Физическое воспитание в школе». Волгоград: «Учитель», 2014г.

 2. Е.И. Колусева, «Физическая культура: сборник материалов по реализации Федерального компонента государственного стандарта общего образования в общеобразовательных учреждениях Волгоградской области». Волгоград: «Учитель», 2014г.

3. Коротков И. М. Подвижные игры во дворе. — М.: [Знание](https://www.google.com/url?q=https://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%2597%25D0%25BD%25D0%25B0%25D0%25BD%25D0%25B8%25D0%25B5_(%25D0%25B8%25D0%25B7%25D0%25B4%25D0%25B0%25D1%2582%25D0%25B5%25D0%25BB%25D1%258C%25D1%2581%25D1%2582%25D0%25B2%25D0%25BE,_%25D0%259C%25D0%25BE%25D1%2581%25D0%25BA%25D0%25B2%25D0%25B0)&sa=D&ust=1545053590790000), 2007. — С. 54—56. — (Новое в жизни, науке, технике. Серия «Физкультура и спорт»; № 5).

 4. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования, Москва, 2011г.

5. Физическая культура, 5-7 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество«Издательство Просвещение»