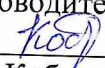
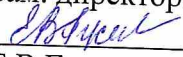


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Иркутска  
средняя общеобразовательная школа № 45

Рассмотрено  
Руководитель МО  
  
В.В.Кобысова  
Протокол № 1  
От «27» августа 2019г.

Согласовано  
Зам. директора по УВР  
  
Е.В.Гусева  
« 28 » августа 2019 г.

  
Утверждено  
Директор  
МБОУ г. Иркутска  
СОШ № 45  
Л.А.Байкалова  
« 28 » августа 2019 г.

**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Спортивные игры»  
8-е классы  
(спортивно-оздоровительное направление)**

<b>Программа, на основе которой составлена рабочая программа:</b>	- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2014г.,
<b>Учитель:</b>	Кобысова Вероника Викторовна
<b>Категория:</b>	I категория
<b>Количество часов в неделю:</b>	1 час

Иркутск, 2019 год

## РАЗДЕЛ I

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные и 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 МБОУ г.Иркутска СОШ №45

- положения о рабочей программе по внеурочной деятельности МБОУ г.Иркутска СОШ №45  
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, 2014г., 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).

- Формирование универсальных 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 оздоровительному 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 показателей 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».

## РАЗДЕЛ II

### Содержание программы

**Сроки реализации программы:** 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. Всего – 34 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.

### Учебно-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.	Спортивные игры Футбол Русская лапта Волейбол Тег-регби. Баскетбол.	(33ч.) 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».

№ п/п	Тема	Содержание
ИТОГО		(34ч.)

**РАЗДЕЛ III**  
**Учебно-тематическое планирование**

№п\п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата план	Факт
<b>Введение</b>				
1	1	Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.	02-07.09	
<b>33</b>		<b>Спортивные игры</b>		
<b>9</b>		<b>Волейбол</b>		
2	1	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	09-14.09	
3	1	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	16-21.09	
4	1	Передача на точность. Встречная передача	23-28.09	
5	1	Подача мяча: нижняя прямая, подача сверху.	30-05.10	
6	1	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	07-12.10	
7	1	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	14-19.10	
8	1	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	21-26.10	
9	1	Групповые действия игроков.	05-09.11	
10	1	Контрольные игры и соревнования.	11-16.11	
<b>5</b>		<b>Тег-регби.</b>		
11	1	Зарождение и развитие регби. Техника безопасности во время занятий тег- регби. Стойки и перемещения.	18-23.11	
12	1	Формирование умений и навыков выполнения базовых шагов (элементов), согласованные сочетания движения руками с выполнением базовых шагов (элементов).	25-30.11	
13	1	Выполнять передачу мяча «короткий» пас, «средний пас», прием передачи мяча, передвижение с мячом по игровой площадке.	02-07.12	
14	1	Принципы формирования защиты: формирование линии, расстояние между игроками в линии. Набегание. Сгон. Перегруппировка.	09-14.12	

15	1	Различные виды передач по траектории и на расстояние.	16-21.12	
<b>6 Русская лапта</b>				
16	1	Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.	23-28.12	
17	1	Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	13-18.01	
18	1	Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	20-25.01	
19	1	Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	27-31.01	
20	1	Командные игры и соревнования.	03-08.02	
<b>Баскетбол.</b>				
21	02-07.03	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	17-22.02	
22	09-14.03	Техника владения мячом.	24-29.02	
23		Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	16-21.03	
24		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	01-04.04	
25		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	06-11.04	
26		Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	13-18.04	
27		Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	20-25.04	
28		Взаимодействие игроков с заслонами.	27-30.04	
29		Групповые действия.		
<b>5 Футбол</b>				
30	1	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	02-09.09	
31	1	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.		
32	1	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	11-16.05	
33	1	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	16-21.05	
34	1	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	23-28.05	
		<b>Итого</b>	34	

## Информационно-методическое обеспечение

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD 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 азробика: 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>