

**1.Планируемые результаты**

**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

**2.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 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  Гандбол.  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». |
| ИТОГО | | (34ч.) |

**3. Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п\п** | **Дата** | **Тема занятия** | | **Кол-во часов** |
| **Введение** | | | | **1** |
| 1 |  | Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижные и спортивные игр. | | 1 |
| **Спортивные игры** | | | **33** | |
| **Волейбол** | | | **9** | |
| 2 |  | Действия без мяча. Перемещения и стойки. | | 1 |
| 3 |  | Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. | | 1 |
| 4 |  | Передача на точность. Встречная передача | | 1 |
| 5 |  | Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая | | 1 |
| 6 |  | Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. | | 1 |
| 7 |  | Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме | | 1 |
| 8 |  | Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме. | | 1 |
| 9 |  | Групповые действия игроков. | | 1 |
| 10 |  | Двусторонняя игра | | 1 |
| **Гандбол.** | | | | **5** |
| 11 |  | Ручной мяч. Основные правила игры. | | 1 |
| 12 |  | Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите. | | 1 |
| 13 |  | Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении. | | 1 |
| 14 |  | Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска. | | 1 |
| 15 |  | Учебная игра | | 1 |
| **Русская лапта** | | | | **5** |
| 16 |  | Предупреждение травматизма при обучении детей игре «Русская лапта». Техническая подготовка: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание. | | 1 |
| 17 |  | Ловля мяча и передача в парах. Удары битой по мячу | | 1 |
| 18 |  | Ловля и передача мяча. Удары битой сверху, метание в цель. | | 1 |
| 19 |  | Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами | | 1 |
| 20 |  | Двусторонняя игра | | 1 |
| **Баскетбол.** | | | | 9 |
| 21 |  | Основы техники и тактики. Техника передвижения. | | 1 |
| 22 |  | Техника владения мячом. | | 1 |
| 23 |  | Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. | | 1 |
| 24 |  | Ведение мяча с изменением высоты отскока | | 1 |
| 25 |  | Ловля мяча двумя руками с низкого отскока | | 1 |
| 26 |  | Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. | | 1 |
| 27 |  | Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. | | 1 |
| 28 |  | Взаимодействие игроков с заслонами. | | 1 |
| 29 |  | Групповые действия. | | 1 |
| **Футбол** | | | | **5** |
| 30 |  | Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой | | 1 |
| 31 |  | Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. | | 1 |
| 32 |  | Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. | | 1 |
| 33 |  | Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. | | 1 |
| 34 |  | Тактика защиты. Индивидуальные действия. Учебная игра. | | 1 |
|  |  | **Итого** | | 34 |

