

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7 им. Героя Советского Союза Трынина А.С.
г. Ртищево Саратовской области»**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
_____/Бычкова Е.В./
«__» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом № ____-О
от __ августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
физкультурно-спортивной направленности,
«Чемпион»
для обучающихся 8А, Б – 9А, Б классов
МОУ «СОШ № 7 им. Героя Советского Союза
Трынина А.С. г. Ртищево Саратовской области»
на 2023 – 2024 учебный год

Руководитель: Торопова Надежда Сергеевна

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
протокол № 1 от __ августа 2023г.

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для обучающихся 6-9 классов поможет создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Дети научатся: играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Подвижные игры – универсальное и незаменимое средство физического воспитания детей. Важнейшее достоинство подвижных игр состоит в том, что в своей совокупности они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений, оказывая комплексное воздействие на растущий организм, на все стороны ребенка. Спортивно - игровой метод физического воспитания – отличная школа закалки воли и характера. Во время игры надо уметь реализовывать свои двигательные возможности, а игровая ситуация занятий вносит обилие эмоций, независимо от того участник ты или болельщик.

Игры с элементами баскетбола и ручного мяча – типа эстафет, борьбы за мяч между командами: «Мяч капитану», «Пионербол», «Мяч ловцу», «Борьба за мяч».

Игры с элементами волейбола типа встречных и линейных эстафет, с передачей мяча по кругу: «Пасовка волейболистов», «Летучий мяч» и др. *Игры с элементами футбола* – передачи мяча по кругу ногой: «Пробей стенку», «Ножной мяч в кругу»; эстафеты с гонкой мяча ногой, салки мячом. *Игры с прыжками* – командные соревнования в прыжках в длину с места: «Челнок» и др. *Игры с элементами сопротивления* – «Перетягивание через черту».

В средних классах используются главным образом подвижные игры с элементами спортивных игр. Подвижные игры содействуют решению образовательных задач, с их помощью осуществляется и развитие физических качеств (быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости, координации), а также морально – волевых, гражданских качеств (честности, смелости, товарищества, коллективизма и др.) Подвижные игры на уроках способствуют решению и оздоровительных задач. Ведь всем известно, что игра благотворно влияет на развитие организма детей, содействует укреплению костно-мышечного аппарата и здоровья в целом. Продолжается воспитание организаторских и судейских навыков, умения оценивать поведение играющих.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на занятии.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию), **учить работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать эмоциональную оценку** деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать выводы** в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать и понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Привлечение родителей к совместной деятельности.

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения		Примечание
		План	факт	
1	Техника безопасности. П/и «Мяч капитану»			
2	Игра «10 передач»			
3	Подвижная игра «Охотники и утки»			
4	Встречная эстафета			
5	П./и «Мяч ловцу»			
6	П/и «Живая корзина»			
7	П/и «Борьба за мяч»			
8	Игра «Мини баскетбол»			
9	Встречные эстафеты.			
10	Игра «Пионербол»			
11	Линейные Эстафеты.			
12	Игра «Мяч в воздухе»			
13	Игра «Пасовка волейболистов»			
14	П/и «Мяч капитану»			
15	Подв. игра «Летучий мяч»			
16	Подвижная игра «Не урони шарик»			
17	Подв. игра «Перестрелка»			
18	Игра «Пионербол»			
19	Подв. игра «Охотники и утки»			
20	Игра в волейбол без подачи			
21	Эстафеты с гонкой мячей.			
22	Эстафеты с футбольным мячом.			
23	Подв. игра «Ножной мяч по кругу»			
24	Подв. игра «Салки с мячом»			
25	Подв. Игра «Пробей стенку».			
26	Командные соревнования в прыжках в длину с места.			
27	Игра «Бегуны и прыгуны»			
28	Игра «Челнок»			
29	Подв. игра «Перетягивание через черту».			
30	Подв. игра «Сильные и ловкие».			
31	Подв. игра «Выталкивание из круга».			
32	Подв. игра «Тяни в круг».			
33	Игра «Два мяча через сетку».			
34	Игра в волейбол без подачи.			