

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Спортивные игры»
спортивно-оздоровительного направления
для 8 класса
на 2019-2020 учебный год**

Пояснительная записка

Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, ориентирована на достижение главной цели развития отечественной системы школьного образования и определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Актуальность данной программы определяется необходимостью достижения образовательных результатов в соответствии с требованиями современных нормативных документов, определяющих деятельность педагога в рамках предмета «Физическая культура». В соответствии с требованиями ФГОС нового поколения целью физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является содействие всестороннему физическому развитию личности ребенка посредством обеспечения его необходимым уровнем общего физического образования и общей физической подготовленности. В основе физического воспитания школьников лежит формирование физической культуры личности, которая достигается сочетанием следующих форм обучения – урок физической культуры и внеурочные занятия для учащихся. Физическое воспитание направлено на формирование мотивации и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной деятельности, в разносторонней физической подготовленности занимающихся.

Общая характеристика курса

Данная программа создана на основе государственной рабочей программы по физической культуре для учащихся 5-9 классов (под редакцией В.И. Ляха), в соответствии с требованиями освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования, с учётом особенностей образовательного учреждения, наличия материально-технического обеспечения, возможностей контингента учащихся.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами спортивных игр с элементами подвижных через включение их в совместную деятельность.

Задачи программы:

- оздоровительная работа с детьми, проявляющими интерес к физической культуре и спорту;

- укрепление здоровья;

- повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;

- здоровьесбережение;

- снятие психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Образовательный процесс по физической культуре в основной школе направлен на решение следующих задач:

-содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

-обучение основам базовых видов двигательных действий;

-дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

-формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

-выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

-углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

-воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

-выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

-формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

-воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

-содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Принимая главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения вышеназванных задач образования учащихся в области физической

культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разно-уровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения; в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов.

Программа «Спортивные игры» адресована учителям для проведения занятий внеурочной деятельности с учащимися 8 классов.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своего обучения, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

Предметные результаты отражаются в понимании роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в приобретении опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

Содержание программы

8 класс

1. Спортивные игры с элементами подвижных игр, техника безопасности на занятиях.

Возникновение и развитие подвижных игр. Правила соревнований по подвижным играм. Техника безопасности на занятиях.

Личностные результаты

- развивать навыки сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций в ходе игры;
- развивать самостоятельность и чувство личной ответственности за свои поступки;
- сформировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- сформировать умение планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- определять общую цель и путь её достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный

контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты

- сформировать первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие организма.

- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры.

- сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Игры: “Встречная эстафета”, “Ведение и бросок”, “Мяч первому”, “Хоккей руками”, “Вьюнок ногами”.

“*Встречная эстафета*”. Играющиеся делятся на две команды, каждая из них – еще пополам. Половинки расходятся в разные стороны площадки и строятся в колонну по одному лицом к своим половинкам. Направляющему из одной половинки дается эстафетная палочка. Если в командах нечетное количество игроков, палочка дается большой полужане. По команде направляющие бегут к своей полужане и передают эстафету впереди стоящему, тот бежит к полужане напротив и т.д. Побеждает самая быстрая команда.

“*Ведение и бросок*”. Команды строятся, делятся на две. Первый берет баскетбольный мяч, ведет его к баскетбольному щиту, бросает до тех пор пока не забьет и возвращается к команде. Второй делает тоже самое. Побеждает та команда, которая сделает быстрее.

“*Мяч первому (ловцу)*”. На площадке размером не менее 6x12 м в двух противоположных углах очерчивают места для ловцов и нейтральные зоны. Игроки делятся на две команды по 7 человек. В каждой команде капитан и ловец. Ловцы встают в свои углы напротив своей команды. Игра начинается с центра. Ведущий подбрасывает мяч вверх на 1 метр, капитаны в прыжке пытаются отбросить мяч своим игрокам. Каждый игрок старается подвести мяч как можно ближе к своему ловцу и поодаль ему мяч через нейтральную линию. По площадке можно передвигаться, как в баскетболе, передавать друг другу. Передавать мяч можно по воздуху или щелчком об пол. Мяч считается пойманным ловцом, если он послан по воздуху или щелчком от пола. Пересекать нейтральную линию не разрешается никому. Если мяч схватят одновременно два игрока, производится спорный бросок. Штрафной бросок делается с 6 метром за грубую игру. В этом случае между бросающим и ловцом становится защитник. Игра продолжается 20-30 минут с перерывом для отдыха и сменой сторон. Выигрывает команда, которая сумела передать больше мячей своему ловцу.

“Хоккей руками”. Играют на волейбольной площадке. Состав команды 5-6 человек. Задача – выкатить большой набивной мяч за лицевую линию площадки противника. В начале игры игроки каждой команды находятся на своей половине. Игра начинается с центра: два игрока подходят к мячу и по сигналу стараются овладеть мячом и передать своим партнерам. Передавать мяч можно только руками. Поднимать мяч выше коленей запрещается, бить по мячу ногой тоже. За нарушения назначаются штрафные удары с места нарушения. Удачный прорыв за лицевую линию противника оценивается одним очком. Проигравшая команда вводит мяч в игру из-за лицевой линии. Игра продолжается до определенного количества очков или по времени.

“Вьюнок ногами”. Играют две команды. Каждый игрок ногой ведет мяч с линии старта по прямой устанавливается 6-10 кеглей через 2-3 метра. По команде направляющие ведут мяч, обходя поочередно все предметы то слева, то справа, таким же образом возвращаются к команде. Передают мяч пасом очередному игроку. Он выполняет то же упражнение, что и первый игрок. Если уронили или сдвинули предмет, его надо поставить на место, только тогда продолжать движение. Побеждают самые ловкие и быстрые.

2. Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности на занятиях.

Игры: “Мяч водящему”, “Гонка мячей по кругу”, “Поймай мяч”, “У кого меньше мячей”, “Мотоциклисты”, “Скажи какой цвет”, “Пятнашки в тройках”, “Свободное место”, “Массовый баскетбол”.

Личностные результаты

- сформировать чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности по средствам народной игр;
- развивать навыки сотрудничества со сверстниками, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций в ходе игры;
- развивать самостоятельность и чувство личной ответственности за свои поступки;
- сформировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- сформировать умение планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определять общую цель и путь её достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный

контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные результаты

- сформировать первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие организма.

- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры.

- сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

“Мяч водящему”. Игроки делятся на 4—5 групп, каждая образует свой круг диаметром 4—5 м. В центре каждого круга — водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1-3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

“Гонка мячей по кругу”. Дети становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У игроков, стоящих в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размеров. После сигнала игроки начинают передавать мячи друг другу (по указанному направлению), стараясь догнать другой мяч.

“Поймай мяч”. Дети делятся по трое. Двое из них становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч друг другу, как кому удобнее. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удастся, он меняется местами с тем, кто бросил мяч.

“У кого меньше мячей”. Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей половине площадки. (Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 180—150 см.) Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей.

“Мотоциклисты”. На площадке размечается дорога шириной 2-3 м и длиной 4—5 м. Все дети — мотоциклисты. Они свободно ведут мяч по площадке. Около дороги стоит регулировщик. Он зеленым и красным флажками регулирует движение по дороге. Если регулировщик показывает красный флаг, мотоциклист останавливается, но мотор не выключает — ведет мяч на месте. Когда поднимается зеленый флаг, мотоциклисты могут проехать улицу без остановки — провести мяч бегом. (Движение по улице проходит в одном направлении.)

“Скажи, какой цвет”. Все дети имеют мячи, кроме водящего, и свободно ведут их по площадке. Водящий передвигается с 2 — 3 флажками разных цветов. Игрок, около которого останавливается водящий и показывает флажок какого-либо цвета, должен, ведя мяч на месте, сказать, какого цвета флажок показывает водящий. Роль водящего выполняют сразу 2—3 игрока.

“Свободное место” Играющие образуют круг по 6-8 человек. Игрок выполняет передачу любому партнёру и бежит за мячом. Игрок, получивший мяч, также передаёт его любому партнёру, но бежит уже на освободившееся место. Эта игра требует большого внимания.

“Пятнашки в тройках” Задача водящего – запятнать игрока № 1, которого прикрывает игрок № 2. Водящий старается обманными движениями обойти игрока № 2 и прорваться к игроку № 1, который не имеет права отходить от партнёра дальше, чем на 1 м. можно игроку № 2 держать руки за спиной во избежание ошибки, когда защитник держит нападающего разведёнными руками.

“Массовый баскетбол” От каждой команды на площадке по 5 человек, остальные располагаются по боковой линии. Игроки в поле имеют право взаимодействовать во время игры с игроками за площадкой, получая обратную передачу.

3. Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.

Игры: “Салки”, “Перехвати шар”, “Мяч в воздухе”, “Мяч среднему”, “Передай и займи его место”, “Передал-садись”, “Вызов номеров”, “Гонка по кругу”, “Эстафета-не потеряй мяч”.

Личностные результаты

- развивать навыки сотрудничества со сверстниками, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций в ходе игры;
- развивать самостоятельность и чувство личной ответственности за свои поступки;
- сформировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- сформировать умение планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определять общую цель и путь её достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные результаты

- сформировать первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие организма.

- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры.

- сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

“*Мяч в воздухе*”. Игроки делятся на 2 команды и встают каждая в свой круг. По сигналу начинается передача мяча (заранее обусловленным способом) в любом направлении. Игрок, допустивший ошибку, покидает круг. Игра продолжается до тех пор, пока в круге не останется один человек, который считается победителем в своей команде. Затем победители каждой команды играют между собой, выявляя чемпиона.

“*Салки*”. Выбирается или назначается “Салка”, задача которого догнать любого игрока и запятнать (коснуться мячом) его, если он не принял (не успел принять) заданную учителем стойку. Запрещено игрокам выходить за пределы площадки. Осаленный игрок становится “Салкой» и игра продолжается.

“*Перехвати шар*”. На двух сторонах площадки играют по две команды. Одна команда владеет надувным шаром и, подбивая его, перемещается в пределах своей площадки заданным способом. Задача второй команды, перемещаясь этим же способом, перехватить шар. Запрещено выходить за пределы площадки, касаться игроков противоположной команды, перемещаться другим способом. Вышедший шар за пределы площадки, возвращается в игру противоположной командой. За каждый перехват шара команде начисляется очко. При нарушении правил игры шар передается другой команде. Вводится в игру шар подбиванием его любому из партнеров. Дважды подряд одному и тому же игроку подбивать мяч нельзя.

“*Мяч среднему*”. 6-8 игроков размещается по кругу диаметром 4-6 м. В центре круга – водящий. Он выполняет передачу каждому игроку по очереди, а игроки возвращают мяч водящему. Обойдя круг водящий меняется. Вариант - играющие в кругу перемещаются по кругу.

“*Передай и займи его место*”. Несколько игроков размещаются по кругу или квадрату, или треугольнику и передают мяч любому игроку, а затем перемещаются и занимают его место, а этот игрок в свою очередь после передачи перемещается на место игрока, которому он выполнял передачу.

“*Передал – садись*”. Эстафета: в игре участвуют несколько команд, которые выстраиваются в колонны на расстоянии 1,5-2 м. Капитаны команд становятся напротив

своей колонны на определенное расстояние (2-3 м). По команде капитан начинает выполнять передачи своим игрокам по очереди, а игроки, выполнив обратную передачу, садятся на пол или приседают. Игра заканчивается тогда, когда все игроки выполняют заданную передачу. Правила: при потере мяча, игра возобновляется с игрока потерявшего мяч.

“*Вызов номеров*” Игроки (любое количество) размещаются по кругу, рассчитавшись по порядку. Первый номер -в центре, выполнив *высокую передачу над собой* громко называет любой номер (по числу игроков), а сам становится в окружность. Вызванный номер принимает мяч и тоже назвав номер, выходит из центра круга и т.д. Правила: игрок, потерявший мяч или не успевший принять его, выбывает из игры. Игра проводится до тех пор, пока не останутся два человека, затем игра возобновляется. Вариант: игроки не выбывают из игры, а выполняют штрафное задание.

“*Эстафета – не потеряй мяч!*” .Играет любое количество команд. Команды стоят в колоннах по одному, по сигналу направляющие начинают *передачу над собой с перемещением вперед* до определенного места, а возвращаются, перемещаясь спиной вперед. Передачу мяча следующему игроку выполнять передачей без ловли. В случае потери мяча возобновлять игру с места потери.

“*Гонка по кругу*”. Играют 2-4 команды, которые размещаются в шеренгах по радиусам очерченного круга на равном расстоянии и в одном направлении. У направляющих - мячи. По сигналу игроки выполняют *высокую передачу над собой* и оббегают круг, становясь в конец своей шеренги. Мяч принимает и снова посылает вверх следующий игрок, переместившийся на его место. Выигрывает команда, первой закончившая упражнение. При потере мяча игра возобновляется с места потери; если игрок догоняет своего соперника, то обходит его, не мешая ему.

4. Подвижные игры с элементами футбола. Техника безопасности на занятиях.

Игры: “Ведение мяча парами”, “Гонка мячей”, “Забей в ворота”, “У кого больше мячей”, “Футболист”, “Футбольный слалом”, “Сильный удар”, “Попади в мишень”.

Личностные результаты

- развивать навыки сотрудничества со сверстниками, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций в ходе игры;
- развивать самостоятельность и чувство личной ответственности за свои поступки;
- сформировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- сформировать умение планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- определять общую цель и путь её достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные результаты

- сформировать первоначальное представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие организма.

- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры.

- сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

“Ведение мяча парами” Игрокам предлагается вести мяч по прямой с изменением направления и скоростью бега. Игроки делятся по двое. У одного из них – мяч. Он ведёт мяч ногой по прямой, а другой бежит рядом, без мяча меняя темп бега. Ведущий мяч должен не отставать от партнера. Через несколько минут игроки меняются ролями. Ведение мяча по извилистой линии. Между предметами.

“Гонка мячей”. Дети водят ногами мяч, не сталкиваясь друг с другом. Руки спрятаны за спину. Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого – по мячу. После сигнала все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом. То же, но по первому сигналу игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу – в медленном. То же, добавляется третий сигнал – остановить мяч подошвой ноги.

“Забей в ворота”. Вратарская техника: приём и отбивание катящегося мяча. Забить как можно больше голов в ворота противника. Несколько играющих детей (4 - 6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, - это нападающие. Двое детей (3) – защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота. Забить мяч из разного положения и любыми частями тела.

“У кого больше мячей”. Дети образуют две разные команды. Каждый из них берет два мяча и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 40 – 50 см от земли. После сигнала учителя дети стараются ударом ноги так направить мяч, чтобы он, прокатившись под сеткой, остановился на противоположной стороне площадки. Выигрывает та команда, у которой после второго

сигнала учителя находится меньше мячей, или проигрывает та команда, у которой одновременно окажется четыре мяча.

“Футболист”. Игроки становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу учителя, игрок команды закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой. С места (с разбега) по неподвижному мячу и попасть в предмет.

“Футбольный слалом”. На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6 – 8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой на расстоянии 2,5 – 3 м один от другого устанавливают 6 флажков. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя «змейкой» флажки, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт – финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т. д. побеждает команда, быстрее закончившая игру. Вести мяч между стоек и забить в ворота.

“Сильный удар”. На площадке обозначается линия удара, а далее – коридор шириной 10 м. играющие поочередно совершают по 3 удара левой и правой ногой, стремясь послать мяч как можно дальше. Попытка засчитывается, если мяч приземлится в пределах коридора. Побеждает игрок, пославший мяч дальше других (берется результат одной попытки). Удары по мячу внутренней стороной стопы («щечкой»). Удары внешней стороной стопы.

“Попади в мишень”. Дети поочередно с расстояния 7 – 10 с стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забili больше голов.

Учебно-тематическое планирование

8 класс

№ п/п	Наименование разделов программы	Игры	Всего часов	Теория	Практика	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
1.	Спортивные игры с элементами подвижных игр, техника безопасности	Игры: “Хоккей руками”, “Вьюнок ногами”.	5	-	5	Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.

	на занятиях.					
2.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности на занятиях.	Игры: “Гонка мячей по кругу”, “Мотоциклисты”, “Пятнашки в тройках”, “Массовый баскетбол”.	10	1	9	Описывают технику игровых действий и приемов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.
3.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.	Игры: “Вызов номеров”, “Гонка по кругу”, “Эстафета-не потеряй мяч”.	9	1	8	Используют действия данных подвижных игр для развития координационных способностей. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.
4.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасности на занятиях.	Игры: “Забей в ворота”, “Футбольный слалом”, “Сильный удар”, “Попади в мишень”, “Футболист”.	10	1	9	Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.
	ИТОГО:	34	34	3	31	

Календарно-тематический план

8 класс

№	Разделы программы	Тема занятия	Формы проведения	Планируемый результат	даты	
					По плану	По факту
1.	Спортивные игры с элементами подвижных игр, техника безопасности и на занятиях.	ТБ на занятии. Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафеты.	Спортивная игра	- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры. - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
2.	Спортивные игры с элементами подвижных игр, техника безопасности и на занятиях.	Работа по диагонали. Отработка умений и навыков.	Спортивная игра	- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры. - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
3.	Спортивные игры с элементами подвижных игр, техника безопасности и на занятиях.	Развитие ловкости. Отработка внимания на площадке.	Спортивная игра	- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры. - сформировать навык систематического наблюдения за своим		

				физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
4.	Спортивные игры с элементами подвижных игр, техника безопасности и на занятиях.	Игра “Вьюнок ногами”.	Спортивная игра	- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, подвижные игры. - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
5.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности и на занятиях.	ТБ на занятии. Ведение мяча.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
6.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности и на занятиях.	Отработка быстроты при передаче мяча.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития		

				основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
7.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Ведение мяча на месте и в движении.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
8.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Игра “Гонка мячей по кругу”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
9	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Игра “Мотоциклисты”. “Пятнашки в тройках”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		

10.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Отработка ловли мяча. Рывок за мячом.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
11.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Челночный бег с ведением мяча.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
12.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Эстафета с ведением мяча и передачей во встречную колонну.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
13.	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасност и на занятиях.	Эстафета с ведением мяча правой, левой рукой до поворотной отметки и обратно.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной		

	занятиях.			физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
14	Спортивные игры с элементами баскетбола. Техника безопасности на занятиях.	Игра “Массовый баскетбол”.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в баскетбол; - сформировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).		
15.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.	ТБ на занятиях. Отработка техники игры. Перемещения.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
16.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасности на занятиях.	Отработка техники защиты. Прием мяча.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
17.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника	Эстафета “Не потеряй мяч”.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта,		

	безопасност и на занятиях.			соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
18	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасност и на занятиях.	Принятие стойки из различных исходных положений и основных стоек ноги врозь, приседанием.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
19	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасност и на занятиях.	Отработка высокой передачи над собой, перемещение.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
20.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасност и на занятиях.	Отработка высокой передачи над собой, перемещение.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
21.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасност и на занятиях.	Игра “Гонка по кругу”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил		

				техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
22.	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасност и на занятиях.	Перемещение, выпад, падение.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
23	Спортивные игры с элементами волейбола. Техника безопасност и на занятиях.	Передача мяча в падении, наброшенного партнером в сторону на 1,5 м.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в волейбол; -углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;		
24.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	ТБ на занятии. Ведение мяча.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
25.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	Ведение мяча между флажками.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
26.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност	Игра “Футбольный слалом”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями,		

	и на занятиях.			избранными видами спорта в свободное время;		
27.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	Отработка уда по не подвижному мячу. Игра “Футболист”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
28	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	Удар мяча в сетку и его приём.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
29	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	Игра “Сильный удар”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
30.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	Игра “Попади в мишень”.	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
31.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасност и на занятиях.	Игра «хоккей руками»	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
32.	Спортивные игры с элементами футбола.	Ведение мяча между флажками с ударом по	Спортивна я игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным		

	Техника безопасности и на занятиях.	воротам.		занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
33.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасности и на занятиях.	Учебная игра.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		
34.	Спортивные игры с элементами футбола. Техника безопасности и на занятиях.	Отработка и закрепление умений и навыков.	Спортивная игра	- овладеть навыками игры в футбол; -воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;		

Методическое и материально-техническое обеспечение

В соответствии с требованиями к результатам освоения образовательной программы основной общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Деятельность педагога осуществляется на основе личностной ориентации педагогического процесса, активизации и интенсификации деятельности учащихся, эффективности управления и организации учебного процесса, дидактического усовершенствования и реконструирования материала, с учетом выбранной педагогической технологии. Под педагогической технологией следует понимать такое построение деятельности педагога, в котором все входящие в него действия представлены в определенной целостности и последовательности, а выполнение представляет достижение необходимого результата и имеет вероятностный характер.

Во внеурочной деятельности по физической культуре используются следующие педагогические технологии:

- Здоровье сберегающие технологии (внедрение адаптивной системы обучения с учетом индивидуальных особенностей учащихся, их состояния здоровья).

- Технологии коллективного обучения (обучение в сотрудничестве, предполагающее организацию групп учащихся, работающих совместно над решением какой-либо проблемы, темы, вопроса, обеспечение диалогического общения в процессе обучения не только между учителем и учениками, но и между учащимися, то есть включать механизм адаптации к индивидуальным особенностям товарищей, устанавливая социальные контакты с другими членами коллектива).

- Технологии разноуровневого обучения (создание условий для обеспечения собственной учебной деятельности обучающихся с учетом уровня обучаемости, необходимого времени для усвоения учебного материала, позволяющие приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников, различному уровню сложности содержания обучения).

- Технология проблемного обучения (необходимость обеспечения более глубокого учета и использования психофизиологических особенностей обучаемых).

- Технология встречных усилий учителя и ученика (обеспечение свободы в выборе средств, форм и методов обучения, как со стороны педагога, так и со стороны детей, посредством создания атмосферы доверия, сотрудничества, взаимопомощи, возможность проектирования учебного процесса, организационных форм воздействия учителя на ученика, обеспечивающих гарантированные результаты обучения).

- Компьютерные технологии (использование ЭОР в образовательном процессе).

Список литературы:

- Нормативные документы Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации и Государственного комитета Российской Федерации по Физической культуре, спорту и туризму, регламентирующие деятельность учреждений дополнительного образования детей спортивной направленности. Письма МО и РТ от 18.08.2010 г. №6871/10 «О введении ФГОС НОО»

- Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 г. »

- ФГОС нового поколения.

- Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ»

- Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор.- М.: Просвещение, 2010.

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: «Просвещение», 2010).

- Физическая культура (Физкультурно-оздоровительная работа в школе):
Методическое пособие под редакцией В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого – М.
«Издательство НЦ ЭНАС» 2003;