

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА **внеурочной деятельности для обучающихся 5 классов** **«Школа мяча»**

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся. Внеурочная деятельность понимается сегодня преимущественно как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно полезной деятельности. В настоящее время в связи с переходом на новые стандарты второго поколения происходит совершенствование внеурочной деятельности. Правильно организованная система внеурочной деятельности представляет собой ту сферу, в условиях которой можно максимально развить или сформировать познавательные потребности и способности каждого учащегося, которая обеспечит воспитание свободной личности. Воспитание детей происходит в любой момент их деятельности. Однако наиболее продуктивно это воспитание осуществлять в свободное от обучения время. Посещая кружки, учащиеся прекрасно адаптируются в среде сверстников, благодаря индивидуальной работе руководителя, глубже изучается материал.

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности "Школа мяча" разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта основного общего образования к структуре программы воспитания и социализации учащихся с использованием методического конструктора "Внеурочная деятельность школьников" авторов Д.В. Григорьева, П.В. Степанова.

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности школьников и предназначена для реализации в 5«В» классе. Программарассчитана на 68 часов и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям. Два занятия в неделю по 35 минут. Программа состоит из трех относительно самостоятельных разделов: подвижные игры, игровые задания, физические упражнения направленные на освоение элементарных технических приемов волейбола (23 часа). Подвижные игры, игровые задания, физические упражнения, направленные на освоение элементарных технических приемов баскетбола(23 часа). Подвижные игры, игровые задания, физические упражнения, направленные на освоение элементарных технических приемов мини-футбола (22 часа).

Программа предусматривает следующие цели:

- во-первых, способствовать освоению школьниками основных социальных норм, необходимых им для полноценного существования в современном обществе, - в первую очередь это нормы ведения здорового образа жизни, нормы сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;
- во-вторых, способствовать развитию позитивного отношения школьников к базовым ценностям современного российского общества – в первую очередь к таким ценностям, как человек, здоровье, природа, труд, семья, Отечество;
- в-третьих, способствовать приобретению школьниками нового ценностно-окрашенного социального опыта, на основе которого они смогли бы в будущем выстраивать собственное социальное поведение.

В процессе реализации данной программы предполагается решение следующих задач:

- мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;
- формирование и развитие детских общностей и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых игровых видов спорта (волейбол, баскетбол, футбол).
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в здоровье, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга; обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Примерное содержание занятий:

Волейбол: ходьба и бег с остановками и выполнение заданий по сигналу (сесть на пол, подпрыгнуть и др.); стойка игрока; передача мяча сверху двумя руками; передача мяча через сетку; прием мяча снизу двумя руками; подвижная игра «Пионербол», «Горячая картошка», «Салки»; волейбол по упрощенным правилам.

Баскетбол: стойка игрока, передвижения, остановка прыжком ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте; ведение мяча правой и левой рукой; бросок мяча одной рукой с места; эстафеты с ведением мяча и последующим броском в корзину; игра в баскетбол по упрощенным правилам; подвижные игры «Перестрелка», «Салки с мячом», «Десять передач»; «Передал-Садись».

Футбол: удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема; остановка мяча внутренней стороной стопы; ведение мяча между предметами и обводка предметов; варианты игры в футбол, игра «Гонка мячей по кругу», «Точная передача».

Для закрепления и совершенствования держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве используются подвижные игры: «Пионербол», «Перестрелка», «10 Передач», «Салки с мячом», «Русская лапта» и другие игры с мячом.

Ожидаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты внеурочной спортивно – оздоровительной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

1.Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты, о принятых в обществе нормах отношения к природе, о русских народных играх; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга людей.

2.Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие

ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

При достижении трех уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации школьников.

