****

**Пояснительная записка.**

 Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 8-10 классов составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Программа рассчитана в объеме 2 часа в неделю, 68 часов в год.

**Раздел 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Универсальные учебные действия.

 Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Мир спортивных игр» являются:

* умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
* умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
* умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

 **Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Мир спортивных игр» являются следующие умения:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

 **Предметные результаты обучения:**

**Выпускник научится:**-

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя

Понимать цель выполняемых действий

Различать подвижные и спортивные игры

**Выпускник*****получит возможность научиться:***

Принимать решения связанные с игровыми действиями;

Взаимодействовать друг с другом на площадке

Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

**Раздел 2. Содержание *программы:***

1.Баскетбол – 34 час.

Основы техники и тактики.

Техника нападения. Техника передвижения.

Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.

Техника владения мячом.

Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной

 рукой на уровне груди.

Броски мяча двумя руками с места.

Штрафной бросок.

 Бросок с трехочковой линии.

Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.

Обманные движения.

Обводка соперника с изменением высоты отскока.

Групповые действия.

 Взаимодействие игроков с заслонами

2. Волейбол - 34час.

Техника нападения. Действия без мяча.

 Перемещения и стойки.

Действия с мячом.

Передача мяча двумя руками.

Передача на точность.

Встречная передача.

Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.

Техника защиты.

Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.

Блокирование.

Командные действия. Прием подач.

Расположение игроков при приеме.

Контрольные игры и соревнования.

**Календарно - тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема занятия** | **Кол-во****часов** |
| 1 | Инструктаж по ТБ на занятиях по баскетболу. Стритбол. | 1 |
| 2 | Теория: История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола.Стритбол. | 1 |
| 3 | Перемещение в стойке: вперед, назад, вправо, влево; остановки, ловля и передача мяча. Эстафеты с мячами | 1 |
| 4 | Скоростные рывки из различных исходных положений. Стритбол | 1 |
| 5 |  Скоростные рывки из различных исходных положений. Стритбол. | 1 |
| 6 | Передача мяча: на месте в парах, тройках; в движении. Эстафеты с мячами | 1 |
| 7 | Остановки: двумя шагами, прыжком. Стритбол. | 1 |
| 8 |  ОФП: упражнения для развития быстроты, ловкости, выносливости. | 1 |
| 9 | Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки).Стритбол. | 1 |
| 10 | Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте). Эстафеты с мячами | 1 |
| 11 |  Ведение мяча с изменением направления движения. | 1 |
| 12 | Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 13 |  Передача мяча двумя руками от груди на месте в парах, в тройках. | 1 |
| 14 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 15 | Передача мяча двумя руками от груди на месте в парах, в тройках в движении. | 1 |
| 16 | Двусторонняя игра в баскетбол | 1 |
| 17 | Обучение броскам. Техника ведения, передач и бросков мяча. | 1 |
| 18 | Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 19 |  Перемещения игрока в нападении и защите. Отвлекающие действия. | 1 |
| 20 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 21 | Штрафной бросок. Борьба за мяч, отскочивший от щита. | 1 |
| 22 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 23 |  Индивидуальные тактические действия в защите | 1 |
| 24 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 25 | Индивидуальные тактические действия в нападении | 1 |
| 26 | Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 27 |  Групповые тактические действия в защите | 1 |
| 28 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 29 |  Групповые тактические действия в нападении | 1 |
| 30 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 31 |  Командные тактические действия в защите | 1 |
| 32 |  Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 33 |  Командные тактические действия в нападении | 1 |
| 34 | Двусторонняя игра в баскетбол.  | 1 |
| 35 | ***Волейбол***Инструктаж по ТБ на занятиях по волейболу. Размеры площадки.Эстафеты с волейбольными мячами | 1 |
| 36 |  Теория: История возникновения волейбола. Развитие волейбола. | 1 |
| 37 | Стойка игрока. Перемещения в стойке. Эстафеты с волейбольными мячами | 1 |
| 38 |  Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты с волейбольными мячами | 1 |
| 39 | Передача мяча двумя руками сверху на месте. | 1 |
| 40 | Прием мяча снизу. Эстафеты с волейбольными мячами | 1 |
| 41 |  Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. | 1 |
| 42 |  Прием мяча снизу. Эстафеты с волейбольными мячами | 1 |
| 43 |  Передачи мяча в парах на месте и в движении. | 1 |
| 44 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 45 |  Передачи мяча в парах на месте и в движении через сетку. | 1 |
| 46 |  Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 47 | Нижняя прямая подача.  | 1 |
| 48 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 49 | Верхняя прямая подача.  | 1 |
| 50 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 51 | Верхняя и нижняя подача мяча  | 1 |
| 52 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 53 | Прямой нападающий удар.  | 1 |
| 54 |  Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 55 | Прямой нападающий удар. Блокирование нападающего удара | 1 |
| 56 |  Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 57 | Тактика свободного нападения.  | 1 |
| 58 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 59 |  Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и передач мяча. | 1 |
| 60 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 61 | Индивидуальные тактические действия | 1 |
| 62 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 63 |  Групповые тактические действия  | 1 |
| 64 | Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 65 | Командные тактические действия  | 1 |
| 66 |  Двусторонняя игра в волейбол  | 1 |
| 67 |  Комбинации из освоенных элементов техники | 1 |
| 68 |  Двусторонняя игра в волейбол | 1 |
|  |  | 68 |