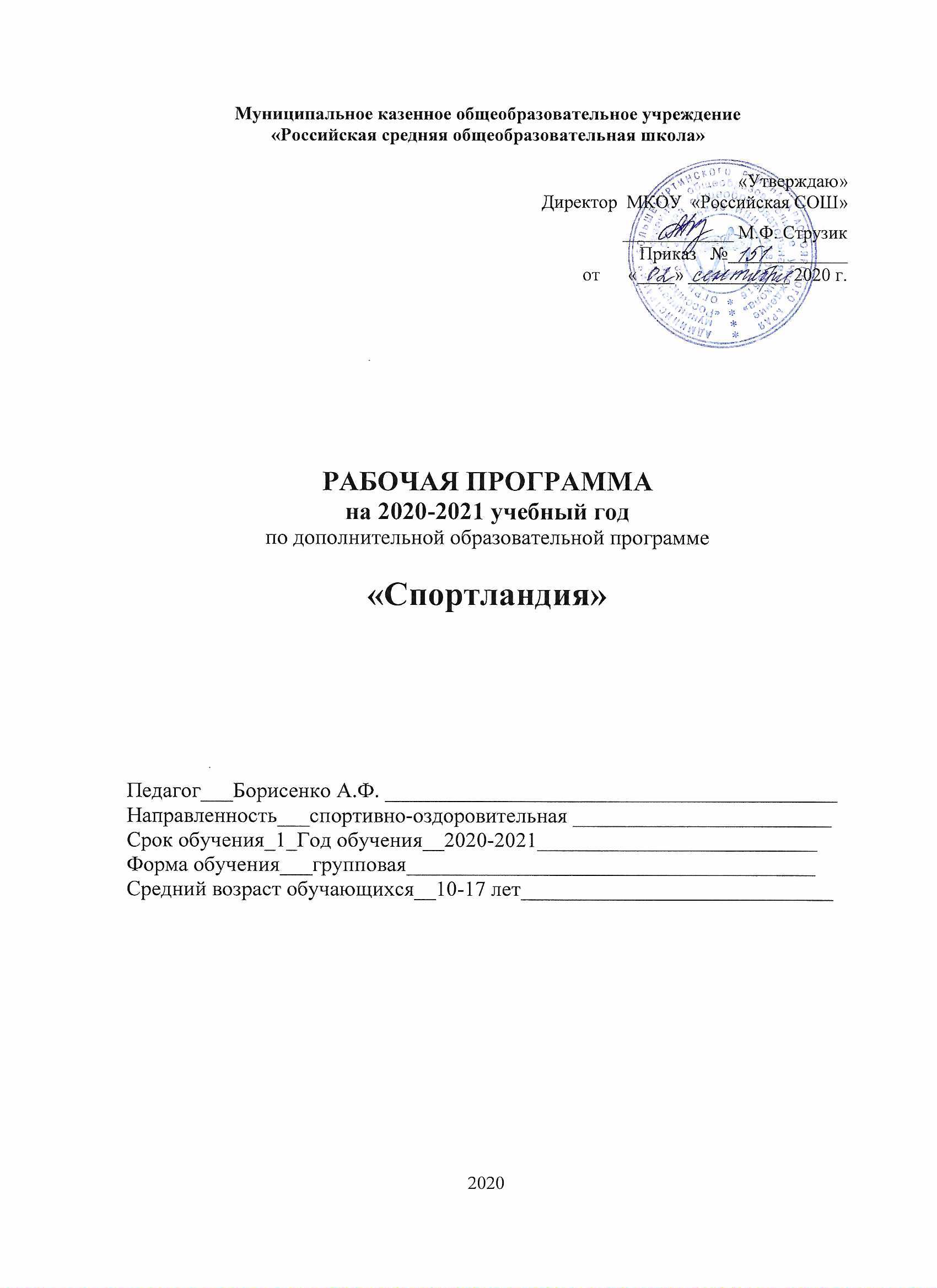
****

**Пояснительная записка**

***Введение:*** программа «Спортивные игры» рассчитана на 72 учебных часа для учащихся 5-11 классов, ориентирована на перспективу повышения двигательной активности учащихся.

В процессе изучения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои знания и приобрести практические навыки по спортивным играм: пионербол, волейбол, футбол, мини-футбол.

Программа «Спортивные игры» является продолжением курса «Физическая культура» раздела: спортивные игры.

**Направленность** программы «Спортивные игры» - развивающая, ориентирована на создание у школьников представления о данных спортивных играх, направленных на развитие физических качеств и укрепление здоровья.

**Актуальность** программы **-** в повышении интереса учащихся к занятиям спортивных игр.

**Целесообразность** программы - в овладении физической, технической и тактической подготовками спортивными игр занимающимися для успешного участия в школьных и районных соревнованиях.

***Цели и задачи.***

В процессе работы по изучению спортивных игр решаются следующие задачи:

* **воспитание** у школьников потребности в систематическом занятии физической культурой, привития основ здорового образа жизни
* **развитие** духовных и физических качеств личности
* **освоение знаний:** по содержанию и направленности физических упражнений на укрепление своего здоровья.
* **формирование умений:** правильное выполнение приемов данных спортивных игр, владение индивидуальными и групповыми действиями, знания правил соревнований. Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы «Спортивные игры», которая систематизирует умения, а также выполнение практических заданий по данным спортивным играм.

***Методы обучения.***

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям спортивных игр и более успешного решения образовательных, воспитательных задач на занятиях рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятии

***Практические методы:***

* **метод упражнений** (многократное повторение движений)
* **метод** **соревновательный** (применяется после образования необходимых навыков)

**Формы обучения:** индивидуальный, групповой, фронтальный, поточный.

**Срок реализации** программы - 1 год.

**Режим занятий** - 1 занятие в неделю по 2х45 минут.

***Ожидаемые результаты:*** В результате изучения спортивных игр учащийся должен:

**Знать:** - правила техники безопасности на занятиях, правила соревнований, находить и объяснить ошибки в технике выполнения приемов и игровых ситуаций.

**Уметь:** - выполнять технически правильно приемы спортивных игр, соблюдать правила соревнований во время спортивной игры, уметь судить соревнования.

**Способы проверки результатов:**

* беседы с учащимися по изученным теоретическим темам
* анкетирование
* сдача нормативов по общей и специальной физической подготовке
* выполнение технических приемов
* участие в соревнованиях
* оказание помощи в судействе

***Содержание программы:***

***Теория: 3ч***

1. История отечественного спорта. Лучшие спортсмены.
2. Режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание.
3. Здоровый образ жизни. Вредные привычки

***Практика: 69ч***

1. ***Общая физическая подготовка*** *– 5ч (обще-развивающие упражнения (ОРУ), специально- беговые упражнения (СБУ), специально-прыжковые упражнения(СПУ), специально-метательные упражнения (СМУ), бег на короткие, средние, длинные дистанции, прыжки в длину, высоту с места и разбега, броски набивного мяча, метание мяча, акробатические упражнения, упражнения в висах и упорах, в равновесии.)*
2. ***Специальная физическая подготовка*** *– 5ч (развитие скоростных качеств, скоростно-силовых качеств, выносливости, гибкости, координации движений, ловкости )*
3. ***Техническая подготовка по пионерболу*** *–19ч (передвижения, , передачи, броски, сочетание приемов, действия в защите и нападении )*
4. ***Техническая подготовка по волейболу*** *– 19ч (передвижения, передачи, подачи, нападающий удар, блокирование)*
5. ***Техническая подготовка по футбол, мини-футболу*** *- 19ч (перемещения, ведение, передачи, обводки, удары по воротам*
6. ***Контрольные упражнения*** *-2ч (тестирования, нормативы)*

***Методическое обеспечение***

1. *В.И.Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания» 1-11классы*
2. *В.И.Лях, А.А. Зданевич «Физическая культура» 8-9классы*
3. *В.И.Лях, А.А. Зданевич «Физическая культура» 10-11 классы*
4. *В.И.Лях Методика физического воспитания учащихся 10-11классов(пособие для учителя)*
5. *В.И.Лях «Физическая культура» тестовый контроль 5-9 классы*