**Программа разработана в соответствии с:**

1. Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред.от 31.07.2020г.) «Об образовании в Российской Федерации ( с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020г.);
2. Федеральным Законом от 14.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
4. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
5. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г.

№ 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

1. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467

«Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

1. Приказом Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России №391 от 05.08.2020 г. (ред. от 26.07.2022 г.) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
2. Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 4652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
3. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629

«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

1. Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;
2. Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г.

№ АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

1. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

13. Законом Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020 г. № 113- ЗКО) «Об образовании в Курской области»;

1. Уставом и Положением МОУ «Останинская основная общеобразовательная школа» Мантуровского района Курской области.

**Направленность** *– физкультурно-спортивная*

Рабочая программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся 5-8-го класса положены программа физического воспитания для учащихся средней школы, программа физического воспитания с игровой направленностью, а также программа воспитания.

**Актуальность** программы заключается в том, что когда ребенок подрастает, все хотят видеть его здоровым, умным, сильным. Основы этих качеств закладываются в детстве. Только тот, кто активно занимается физическими упражнениями, может укрепить и сохранить свое здоровье на долгие годы.

Процесс физического воспитания оказывает непосредственное воздействие на внутренний мир человека, на его сознание и поведение. Под влиянием физических упражнений изменяется характер деятельности всех органов и систем организма, совершенствуется их строение, повышается устойчивость к заболеваниям, воздействию стрессовых ситуаций, укрепляется соматическое и психическое здоровье.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

**Отличительными особенностями программы**в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья и спроектирована с учётом нивелирования школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья школьников.

Начальная школа – особый этап в жизни ребенка, связанный:

* с изменением при поступлении в школу ведущей деятельности ребенка — с переходом к учебной деятельности (при сохранении значимости игровой), имеющей общественный характер и являющейся социальной по содержанию;
* с освоением новой социальной позиции, расширением сферы взаимодействия ребенка с окружающим миром, развитием потребностей в общении, познании, социальном признании и самовыражении;
* с принятием и освоением ребенком новой социальной роли ученика, выражающейся в формировании внутренней позиции школьника, определяющей новый образ школьной жизни и перспективы личностного и познавательного развития;
* с моральным развитием, которое существенным образом связано с характером сотрудничества со взрослыми и сверстниками, общением и межличностными отношениями дружбы, становлением основ гражданской идентичности.

Внеурочная деятельность является взаимодополняющим компонентом базового образования и объединяет все виды деятельности школьников, направленных на формирование нравственных ориентиров, этнокультурной компетенции, социализации личности.

**Уровень программы**: стартовый.

**Адресат программы:** Обучающиеся в возрасте 11-14 лет.

## Объём и срок освоения программы

Общее количество часов – 72часа, или 2 часа в неделю. Срок реализации – 1 год.

**Форма обучения**: очная.

## Режим занятий

Занятия целесообразно проводить два раза в неделю по одному учебному часу, длительностью – 40 минут.

**Форма проведения занятий:** групповая

**Особенности организации образовательного процесса:** традиционная форма.

* 1. **Цель программы.**

Содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. – обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (волейбол, баскетбол, лапта), формирование двигательной активности обучающихся 5-8 классов.

* 1. **Задачи программы**

Обучающие:

* приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
* обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
* привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

* развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
* гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
* повышение физической и умственной работоспособности школьника;

Воспитывающие:

* формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за своё здоровье;
* привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
* воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности