Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука мяча» для 5 класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО 2021 на основе программы «Комплексная программа физического воспитания обучающихся 5 классов» А.П. Матвеева - М.: Просвещение,2016.

**Цель программы**: способствовать освоению учащимися 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.

Программа внеурочной деятельности «Азбука мяча» предназначена для обучающихся 5 класса и рассчитана на 1 год обучения, 34 часа.

**Форма организации**: кружок

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Мяч водящему, поймай мяч.

Игра «Вызов по имени», «Собачки»

Запрещённое движение, «У кого меньше мячей»

Гонки мячей по кругу,пять бросков.

Эстафеты с ведением мяча.

Броски мяча в парах, «Метко в корзину»

Мяч ловцу,ловишки с мячом.

Ведение мяча парами.

Мяч капитану. «Хвостики»

Штандер. Перестрелка.

Выбивала,перестрелка.

Пионербол,мини-футбол.

Охотники и утки.

Эстафеты с мячами.

Эстафеты с ведением мяча и бросками.

Пионербол,перестрелки.

Гонки мячей по кругу.

ОРУ с мячами.

Мотоциклисты.Чья команда больше.

Займи свободный кружок

10 передач.Скажи какой цвет

ОРУ с набивными мячами.

Мяч в корзину.Собачки.

Хвостики.Пионербол.

Запрещённое движение.

У кого меньше мячей.Сделай фигуру.

Подвижная цель. Выбивалы.

Вызов по-имени. Игра в бадминтон.

Мини-футбол.Игра в бадминтон.

Играй,играй,мяч е теряй.

Обгони мяч.Пионербол.

Элементы баскетбола,волейбола.

Мяч капитану.Мини-футбол.

Спортивный праздник: «Весёлые старты»

**Планируемые результаты освоения курса:**

**Личностные результаты**

*Гражданско-патриотического воспитания:*

- становление ценностного отношения к своей Родине - России;

- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;

- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;

- уважение к своему и другим народам;

- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

*Духовно-нравственного воспитания:*

- признание индивидуальности каждого человека;

- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;

- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

*Эстетического воспитания:*

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к - разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;

- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

*Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);

- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

*Трудового воспитания:*

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

*Экологического воспитания:*

- бережное отношение к природе;

- неприятие действий, приносящих ей вред.

*Ценности научного познания:*

- первоначальные представления о научной картине мира;

- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

**Метапредметные результаты**

**Познавательные УУД**

*1) базовые логические действия:*

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;

- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

- выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

*2) базовые исследовательские действия:*

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

*3) работа с информацией:*

- выбирать источник получения информации;

- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

- распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

- соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;

- анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

**Коммуникативные УУД.**

*1) общение:*

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

- признавать возможность существования разных точек зрения;

- корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

- создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

- готовить небольшие публичные выступления;

- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

*2) совместная деятельность:*

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

- ответственно выполнять свою часть работы;

- оценивать свой вклад в общий результат;

- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

**РегулятивныеУУД.**

*1) самоорганизация:*

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; выстраивать последовательность выбранных действий;

*2) самоконтроль:*

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

**Предметными результатами** освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

* + играть с мячом, не мешая другим;
  + соблюдать правила в командных видах деятельности (эстафеты или поточный метод);
  + бросать мяч двумя руками снизу вверх, двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
  + передавать мяч в парах двумя руками снизу, двумя руками из-за головы,
  + перекатывать мяч в парах одной, двумя руками;
  + перебрасывать мяч через волейбольную сетку, с передачей партнеру;
  + метать большой мяч двумя руками снизу в обруч, в корзину, расположенную на полу (расстояние 2-2,5 м), двумя руками от груди в обруч, в корзину, расположенную на полу (расстояние 2-2,5 м), двумя руками из-за головы в обруч, в корзину, расположенную на полу (расстояние 2-2,5 м), в баскетбольный щит, корфбольную корзину с места;
  + вести мяч правой, левой рукой -на месте; правой, с передачей из правой руки в левую - на месте; правой, левой рукой, поворачиваясь вокруг себя - на месте.
  + согласовывать свои движения с движениями товарищей,
  + соблюдать правила в командной игре;
  + бросать мяч в кольцо двумя руками из-за головы; в кольцо двумя руками от груди; в кольцо двумя руками снизу; в кольцо одной рукой от плеча; в кольцо одной рукой от плеча после ловли его от партнера;
  + передавать мяч в парах с продвижением вперед в ходьбе и бегом;
  + перекатывать мяч в парах одной, двумя руками с наклонами, выпадами;
  + перебрасывать мяч с одной руки на другую; то же, ударяя мяч о пол,
  + метать маленький мяч на дальность; в подвижную цель;
  + вести мяч одной рукой, продвигаясь вперед шагом и бегом; одной рукой, приседая и вставая, продвигаясь вперед шагом; обводя препятствия на пути.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Форма проведения занятия** | **Кол-во**  **часов, отводимых на освоение каждого раздела, темы** | **Электронные**  **(цифровые)**  **образовательные ресурсы** | **Формы реализации воспитательного процесса** |
| **1** | Мяч водящему, Поймай мяч | Беседа | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **2** | Игра « Вызов по имени», Собачки. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **3** | Запрещенное движение, У кого меньше мячей. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **4** | Гонки мячей по кругу, Пять бросков. | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **5** | Эстафеты с ведением мяча. | Эстафета | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ | День здоровья, в рамках модуля «Ключевые общешкольные дела»,РПВ |
| **6** | Броски мяча в парах, метко в корзину. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **7** | Мяч ловцу. Ловишки с мячом. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **8** | Ведение мяча парами. Вызов номеров. | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **9** | Мяч капитану. Хвостики. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **10** | Штандер. Перестрелка. | Беседа | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **11** | Выбивала. Перестрелка. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **12** | Пионербол, Мини- футбол. | Беседа.Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ | Соревнования между классами, в рамках модуля «Ключевые общешкольные дела»,РПВ |
| **13** | Охотники и утки. | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **14** | Эстафеты с мячами. | Эстафета | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **15** | Эстафеты с ведением мяча и бросками. | Эстафета | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **16** | Пионербол, Перестрелки. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **17** | Гонка мячей по кругу. Мяч ловцу. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **18** | ОРУ с мячами. | Беседа.Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **19** | Мотоциклисты. Чья команда больше. | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **20** | Займи свобрдный кружок. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **21** | 10 передач. Скажи какой цвет. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **22** | ОРУ с набивными мячами. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **23** | Мяч в корзину. Собачки. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **24** | Хвостики. Пионербол. | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ | День здоровья, в рамках модуля «Ключевые общешкольные дела»,РПВ |
| **25** | Запрещенное движение. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **26** | У кого меньше мячей.Сделай фигуру. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **27** | Подвижная цель. Выбивалы. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **28** | Вызов по- имени. Игра в бадминтон. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **29** | Мини- футбол. Игра в бадминтон. | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **30** | Играй, играй, мяч не теряй. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **31** | Обгони мяч. Пионербол. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **32** | Элементы баскетбола, волейбола. | Беседа.Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **33** | Мяч капитану. Мини- футбол. | Игра | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |
| **34** | Спортивный праздник: « Веселые старты». | Игра-соревнование | 1 | http://uchitelya.com/fizkultura/ |  |