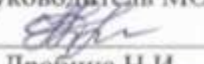


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Поломошенская средняя общеобразовательная школа»
Новичихинского района Алтайского края

«РАССМОТРЕНО»
на заседании МО
классных руководителей
Руководитель МО

Дробина Н.И.
Протокол № 5
от «14» июня 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор

Фолакова Т.Н.
Приказ № 122
от «15» июня 2022 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности
«Футбол»
(начальное общее образование)
1-4 классы
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Поломошнов Сергей Николаевич
учитель физической культуры, 1 квалификационная категория

Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Футбол» составлена для учащихся 1-4 классов МКОУ «Поломошенская СОШ». Рабочая программа внеурочной деятельности составлена на основе таких нормативно-правовых документов и материалов, как:

Годовой календарный учебный график;

Учебный план ОУ;

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

Основная образовательная программа начального общего образования ОУ;

Положение о рабочей программе ОУ;

Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол», / Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. – М.: Просвещение, 2013 г

Целью: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

В группе решаются определённые задачи:

- 1) укрепление здоровья и закаливание организма;
- 2) привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- 3) обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- 4) овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;

участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

Актуальность программы: Систематические занятия футболом оказывают на организм ребенка всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Этот вид спорта формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять свои личные интересы - интересам коллектива, команды, взаимопомощь, активность, чувство ответственности.

Программа ориентирована на школьников 7-10 лет.

Место проведения в спортивном зале (холодное время года),на спортивной площадке (в теплое время года).

Формы организации внеурочной деятельности: занятие, игра, соревнование;

технологии: личностно-ориентированное обучение, коммуникативно-деятельностный подход, игровые технологии;

методы:словесные, наглядные, практические, игровые; соревновательные; формы:фронтальная, индивидуальная, работа в группах;

средства обучения: спорт-инвентарь, технические средства, наглядные пособия;

Межпредметные связи:биологии, математики.

Внеурочная деятельность «Физическая культура» входит в вариативную часть учебного плана школы.

Программа рассчитана на 35 часов: 1 ч. в неделю, 35 учебных недель. Занятия проходят во внеурочное время. Продолжительность занятия

составляет 40 минут.

Формы проверки и оценки результатов обучения: текущий контроль.

Формы текущего контроля: соревнования.

Ценностные ориентиры: воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни; умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Планируемые результаты

личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- ✓ метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- ✓ предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- ✓ *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- ✓ *проговаривать* последовательность действий;
- ✓ уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- ✓ средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- ✓ учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- ✓ добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

✓ перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;
Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- ✓ умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- ✓ совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- ✓ учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Содержание учебного процесса

История футбола. Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

Передвижения и остановки. Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)

Удары по мячу. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы Удары по летящему мячу серединой подъема Удары по летящему мячу серединой лба Удары по летящему мячу боковой частью лба Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.

Остановка мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы.

Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.

Ведение мяча и обводка. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов).

Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта).

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом.

Тактика игры. Тактика свободного нападения

Позиционные нападения без изменения позиций. Позиционные нападения с изменением позиций. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите
 Двусторонняя учебная игра.
 Физическая подготовка. Развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Тематическое планирование

№	Раздел	Количество часов
1	История футбола	2
2	Передвижения и остановки	4
3	Удары по мячу	6
4	Остановка мяча	3
5	Ведение мяча и обводка	8
6	Игра вратаря	2
7	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	2
8	Тактика игры	4
9	Физическая подготовка	4

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2014 г. ✓ Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2014 г. ✓ Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2015 г. ✓ Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. – М., 2015. ✓ Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение. - М., 2016. ✓ Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол», / Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. – М.: Просвещение, 2013 г. 	

Канат для лазания, с механизмом крепления	1
Канат для перетягивания	2
Скамейка гимнастическая жесткая	3
Маты гимнастические	6
Скакалка гимнастическая	10
Палка гимнастическая	20
Обруч гимнастический	6
Коврик гимнастический	4
Мячи для метания (150г)	6
Свистки судейские	2
Рулетка измерительная	1
Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	1
Мячи баскетбольные	6
Сетка волейбольная	1
Мячи волейбольные	6
Мячи футбольные	3
Насос для накачивания мячей	1
Спортивный зал игровой	

Федеральный государственный образовательный стандарт общего среднего образования. М.: Просвещение, 2015

Журнал «Физическая культура в школе»

<http://videouroki.net/filecom.php?fileid=98674098> (видео уроки) <http://assiduity.lgb.ru/teorema/voprosi-po-olimpiade-po-fizkulture-5-6-klass.html> (олимпиадные задания)

Календарно-тематический план (35 часов)

№ п/п	Тема занятия	Количество во часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Инструктаж по технике безопасности. Введение. История футбола	1		
2	Разминка, техника игры в футбол	1		

Передвижения и остановки 4ч.				
3	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты.	1		
4	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1		
5	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1		
6	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1		
Удары по мячу 6ч.				
7	Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1		
8	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1		
9	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1		
10	Удары по летящему мячу боковой частью лба	1		
11	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1		
12	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1		
Остановка мяча 3ч.				
13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1		
14	Остановка мяча грудью	1		
15	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1		
Ведение мяча и обводка 8ч.				
16-17	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	2		
18-19	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2		
20-21	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2		
22-23	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	2		
Игра вратаря 2ч.				

24	Ловля катящегося мяча	1		
25	Ловля мяча, летящего навстречу	1		
	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом 2ч.			
26-27	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	2		
	Тактика игры 4ч.			
28	Тактика свободного нападения	1		
29	Позиционные нападения без изменения позиций	1		
30	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой на ворота	1		
31	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	1		
	Физическая подготовка 4ч.			
32-34	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	3		
35	Бег. ОРУ контрольная игра.	1		

Лист внесения изменений

Дата по журналу	№ уроков	Содержание темы	Основание, № приказа	Контроль

