

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Департамент образования и молодёжной политики Ханты-Мансийского  
автономного округа-Югры  
Комитет образования и науки Администрации города Нягани  
МАОУ г. Нягань «НОШ № 9»

*Приложение к основной образовательной программе  
начального общего образования  
Приказ №273 от «30» августа 2023г*

Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
**«Футбол»**  
(для \_1-4\_ классов )  
Спортивно-оздоровительная деятельность

г Нягань  
2023г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.) и примерной рабочей программы разработанной Федеральным государственным бюджетным учреждением «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» при взаимодействии со специалистами Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз».

Программа рассчитана на 68 часов - 2-4 класс в год с проведением занятий 2 раза в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Ценностными ориентирами содержания являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, сформирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

**Основными задачами курса являются:**

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;
- формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовки обучающихся;
- формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

- популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

#### Тематическое планирование

№	Разделы	Кол-во часов
1	Футбол	68

2 класс

В результате изучения данной программы в 4 классе обучающиеся получают возможность формирования:

***Планируемые личностные результаты:***

- проявление чувства гордости за спортивную державу – Россию через достижения Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах мира, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх;
- проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- способность принимать и осваивать социальную роль обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности, стремление к познанию и творчеству, эстетическим потребностям;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;
- понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

***Планируемые метапредметные результаты:***

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств и способов её осуществления;
- умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия, собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение характеризовать действия и поступки, давать им анализ и объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- понимание причин успеха/неуспеха учебной деятельности и способность конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций в учебной, игровой и соревновательной деятельности; адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий по футболу;

- способность выделять и обосновывать эстетические признаки в физических упражнениях, двигательных действиях; оценивать красоту телосложения и осанки.

***Планируемые предметные результаты:***

- формирование представлений о роли и значении занятий футболом как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;
- формирование знаний по истории возникновения игры в футбол, достижениях сборной СССР и Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах мира, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх, о легендарных отечественных и зарубежных футболистах, тренерах;
- формирование представлений о спортивных дисциплинах футбола и основных правилах игры в футбол; составе футбольной команды, роли капитана и функциях игроков в команде;
- формирование навыков безопасного поведения во время занятий футболом, посещений соревнований по футболу; правил личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития и основных физических качеств;
- формирование основ организации самостоятельных занятий футболом со сверстниками; организация и проведение со сверстниками подвижных игр специальной направленности с элементами футбола;
- знание, составление и освоение упражнений и комплексов утренней гигиенической гимнастики, дыхательной гимнастики, упражнений для глаз, для формирования осанки, профилактики плоскостопия;
- способность характеризовать, составлять и выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений; упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости; упражнений для укрепления голеностопных суставов; специальных упражнений для формирования технических действий футболиста, методики их выполнения;
- способность выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способность выполнять индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча; технические приемы владения мячом игры вратаря: ловли мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча;
- способность выполнять элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках; забегания, смещения; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде;
- умение излагать правила и условия подвижных игр, игровых заданий, эстафет, моделировать игровые ситуации в атаке и защите;
- способность анализировать выполнение технических приемов в футболе и находить способы устранения ошибок;
- участие в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;
- выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке и оценка показателей физической подготовленности футболиста;
- демонстрация во время учебной и игровой деятельности волевых, социальных качества личности, организованности, ответственности;

- проявление уважительного отношения к одноклассникам, проявление культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях футболом.

**Календарно-тематическое планирование:  
«Футбол» 2-й класс (68 часов)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Техника передачи мяча (передачи на месте и с уходом в сторону низом)	2
2	Техника передачи мяча (передачи в движении низом)	2
3	Техника передачи мяча (передачи в движении с изменением направления низом)	2
4	Техника передачи мяча (передачи на месте и с уходом в сторону верхом)	2
5	Техника передачи мяча (передачи в движении верхом)	2
6	Техника передачи мяча (передачи в движении с изменением направления верхом)	2
7	Техника остановки/приёма мяча (приём мяча подошвой и внутренней стороной стопы на месте)	2
8	Техника остановки/приёма мяча (приём мяча внешней стороной стопы на месте)	2
9	Техника остановки/приёма мяча (приём мяча средней и внутренней частью подъёма на месте)	2
10	Техника остановки/приёма мяча (приём мяча подошвой и внутренней стороной стопы в движении)	2
11	Техника остановки/приёма мяча (приём мяча внешней стороной стопы в движении)	2
12	Техника остановки/приёма мяча (приём мяча бедром и туловищем)	2
13	Техника финтов (финты в движении с обыгрышем конусов или стоек)	2
14	Техника финтов (финты в движении лицом к сопернику)	2
15	Техника финтов (финты в движении боком к сопернику)	2
16	Техника финтов (финты в движении спиной к сопернику)	2
17	Техника финтов (финты в паре с партнёром против одного соперника)	2
18	Техника финтов (финты в паре с партнёром против двух соперников)	2
19	Техника отбора мяча (отбор мяча при противодействии двух защитников одному нападающему)	2

20	Техника отбора мяча (отбор мяча при противодействии двух защитников двум нападающим)	2
21	Техника отбора мяча (отбор мяча при противодействии одного защитника двум нападающим)	2
22	Техника отбора мяча (отбор мяча при противодействии одного защитника и вратаря одному нападающему)	2
23	Техника отбора мяча (отбор мяча при противодействии одного защитника и вратаря двум нападающим)	2
24	Техника ударов (удары после ведения по прямой в быстром темпе на небольшое расстояние)	2
25	Техника ударов (удары после ведения мяча с изменением направления на небольшое расстояние)	2
26	Техника ударов (удары по мячу, катящемуся навстречу бьющему игроку)	2
27	Техника ударов (удары по мячу, катящемуся к бьющему игроку сбоку)	2
28	Техника ударов (удары при сопротивлении соперника)	2
29	Техника ударов (удары при получении передачи от партнёра)	2
30	Игра головой (удар серединой лба)	2
31	Игра головой (удар серединой лба с поворотом)	2
32	Игра головой (удар боковой частью лба)	2
33	Игра головой (жонглирование ударами головой в паре с партнёром)	2
34	Турнир по футболу (2x2)	2

#### **Планируемый результат:**

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- умение работать в коллективе.
- сформировано ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Учебно – методическая литература:

1. Андреев С., Гарагуля Т. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе. М.:// Советский спорт,2011
2. Андреев С. Н. Мини-футбол. – М.://Физкультура и спорт,1978.
3. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. – Липецк: //«ГУ «РОГ»,2004.
4. Анисимова М.В., Бегун И.С., Водяницкая О.И., Тяпин А.Н. Методические рекомендации для учителей физической культуры. - Москва // 2012.
5. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов. – М.://Физкультура и спорт,1980.
6. Варюшин В.В., Лопачев. Р.Ю. Первые шаги в футболе. М.: Искусство, наука, спорт, 2013-120с.
7. Врублевский Е., Костюкевич В., Модели тактики игры в футболе. - М.:// Спорт,2020.
8. Гиффорд К. Футбол. Детская энциклопедия. // Росмен,2018.
9. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М.://Человек,2012.
10. Еремеев С. Мой любимый футбол. -М.:// Мир образования, 2019. 11.Заваров А. Футбол для начинающих.-ПитерСПб.:// 2015.
1. Космина И.П., А.П. Паршиков, Ю.П. Пузырь. - М.:// Советский спорт, 2003-256с.
2. Качанин Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – М.://Физкультура и спорт,1984.
3. Киркендалл Д. (пер.Борич С.Э.) Анатомия футбола. //Попурри ООО, 2012.
4. Курзаева Л.В., Овчинникова И.Г. Управление качеством образования и современные средства оценивания результатов обучения// Флинта.2015.
5. Массовый футбол. Организационно-методическое пособие для преподавателей уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. Общероссийская общественная организация «Российский футбольный союз», Москва2012.
6. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков - М.://Человек, 2018.

### Список литературы для педагога:

1. Андреев С. Н. Мини–футбол.–М.://Физкультура и спорт». 2008.
- 2.Алиев Э., Андреев С.,Губа В. Мини-футбол, Учебник.-М.:// Советский спорт. 2012.
1. Врублевский Е.П., Модели тактики игры в футбол. -М.; // Спорт,2020
2. Грамм А., Книга-тренер.Правила.Физическаяподготовка.Техника.Стратегия.Мастерство. М.; Эксмо,2020
3. Губа В., Лексаков А. Теория и методика футбола. Учебник. -М.:// Спорт,2020.
4. Губа В., Футбол. Программа для футбольных академий - М:// Человек, 2015.
5. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003г.
6. Качанин, Горский- Тренировка футболистов 1994 г.1-е издание
7. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, Москва 2010
8. Сучилин А. А. Футбол во дворе -//Физкультура и спорт, 1994.
9. Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал «Спорт в школе», 2011, № 7.