

# **МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

## **Министерство образования Иркутской области Комитет по образованию администрации города Братска**

### **МБОУ г. Братска "СОШ № 13"**

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей начальных

классов

Боева Т.В.

Протокол №1

от 30 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
на заседании МС МБОУ  
«СОШ №13»

Козина А.А.

Протокол № 1

от 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
директор МБОУ «СОШ №13»

Чайко В.И.

Приказ № 218

от 01 сентября 2023 г.

## **Рабочая программа внеурочной деятельности «Футбол»**

**(1- 4 классы)**

Братск - 2023г.

Программа по внеурочной деятельности "Футбол" для 1- 4 классов составлена на основании:

- Федерального Государственного Образовательного Стандарта начального общего образования (Приказ Министерства Просвещения РФ от 31.05.2021 года № 286);
- учебного плана МБОУ «СОШ№13» муниципального образования города Братска на 2023-2024 учебный год (приказ № 234 от 01.09.2023 г.)

Отличительной особенностью мастерской по футболу является многообразие средств и методов их применения, что позволяет целенаправленно воздействовать на развитие всех основных функций организма. Программой предусматривается теоретический и практический курс занятия.

Программа рассчитана на 68 учебных часов

На изучение данного курса отводится 2 академических часа в неделю для младшей группы и 2 часов в неделю для средней.

Длительность одного занятия в зале 40 минут. Занятия проводятся в большом спортивном зале. Формы проведения занятий: урок, игровой урок.

**Цель программы:** углубленное обучение детей мини-футболу в доступной для них форме.

**Задачи программы:**

- Закреплять интерес детей к физической культуре и спорту.
- Формирование позитивной самооценки, самоуважения.
- Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве.
- Развить умение координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности.
- Сформировать социально адекватные способы поведения.
- Сформирование способности к организации деятельности и управлению ею.
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; — оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- Воспитать целеустремленность и настойчивость и самостоятельность
- Воспитать способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать.
- Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий по мини-футболу;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Группы разделены по возрасту: младшая группа 6.5 – 8 лет, средняя группа 9 - 10 лет.

**Условия набора:** в секцию принимаются все желающие при наличии медицинской справки о допуске к занятиям.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности Личностные результаты:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

**Метапредметные результаты:**

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

В результате изучения программы **обучающийся должен знать:**

Названия двигательных упражнений. Способы передачи мяча и предметы для обучения. Влияние мини-футбола на состояние здоровья.

Правила гигиены, техники безопасности и поведения в экстремальной ситуации.

**Обучающийся должен уметь:**

Ведение мяча Передача мяча Удар по воротам.

**Педагогический контроль:**

- педагогический мониторинг результатов обучения ребенка по программе секции «Мини-футбол».
- внутришкольные соревнования «Первенство школы».
  - контрольные занятия. Разработаны контрольные упражнения и нормативы для оценки общей и специальной физической подготовленности по мини-футболу.

**Форма подведения итогов** реализации программы внеурочной деятельности:

- спортивные праздники;
- спортивные мероприятия;
- открытые уроки для родителей;
- тестирование.

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

### **1. Вводное занятие.**

#### **1.1. Вводное занятие.**

Теория: дать представление о занятиях; познакомить детей. Рассказать о правилах поведения, провести инструктаж по технике безопасности.

Практика: не предусмотрена.

1.2. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

Теория: особое внимание.

уделяется упражнениям в ведении мяча, которые содействуют выработке равновесия,

вертикального положения тела. Практика: учебная игра.

1.3. Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика. Теория: не предусмотрена.

Практика: учебная игра.

## **2. Физ.подготовка.**

2.1. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».

Теория: рассказать о правилах работы ногами. Практика: игра в «квадрат».

2.2. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». Теория: не предусмотрена.

Практика: учебная игра.

2.3. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Теория: не предусмотрена.

Практика: учебная игра.

2.4. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

2.5. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

2.6. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча». Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

2.6. Челночный бег + удары по воротам, футбол Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

2.7. Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы. Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

2.8. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

2.9. Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки. Теория: не предусмотрена.

Практика: игра.

## **3. Отработка техники.**

3.1. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча. Теория: рассказать о правилах работы ногами.

Практика: игра.

3.2. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.

Теория: рассказать о правилах работы ногами. Практика: игра.

3.3. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.

Теория: рассказать о правилах работы ногами. Практика: игра.

- 3.4. Подвижные игры. Теория: не предусмотрена. Практика: игра.
- 3.5. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Теория: рассказать о правилах работы ногами.  
Практика: игра.
- 3.6. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Теория: рассказать о правилах работы ногами.  
Практика: игра.
- 3.7. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. Теория: не предусмотрена.  
Практика: игра.
- 3.8. Товарищеская игра. Теория: рассказать о правилах. Практика: игра.
- 3.9. Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов. Теория: не предусмотрена.  
Практика: игра.
- 3.10. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.  
Теория: рассказать о правилах работы ногами. Практика: игра.
- 3.11. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Теория: рассказать о правилах работы ногами.  
Практика: игра.
- 3.12. Отработка паса щечкой в парах. Футбол. Теория: рассказать о правилах работы ногами.  
Практика: игра.
- 3.13. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.  
Теория: рассказать о правилах работы ногами. Практика: игра.
- 3.14. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.  
Теория: рассказать о правилах. Практика: игра.
- 3.15. Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Теория: рассказать о правилах работы ногами.  
Практика: игра.

#### **4. Игры.**

- 4.1. Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения. Теория: рассказать о правилах работы ногами.  
Практика: игра.
- 4.2. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.  
Теория: рассказать о правилах работы ногами. Практика: игра.
- 4.3. Товарищеская игра. Теория: рассказать о правилах. Практика: игра.

### **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа воспитания реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности образовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

– **гражданского воспитания**, способствующего формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры.

– **патриотического воспитания**, основанного на воспитании любви к родному

краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности.

– **духовно-нравственного воспитания** на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков.

– **эстетического воспитания**, способствующего формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.

– **физического воспитания**, ориентированного на формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия - развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

– **трудового воспитания**, основанного на воспитании уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

– **экологического воспитания**, способствующего формированию экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды.

– **ценности научного познания**, ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
1 год обучения**

№ п/п	ы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе:	
			теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	4	4	
<b>2.</b>	<b>Физ.подготовка.</b>	19		
2.1	Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».			3
2.2	Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».			2
2.3	Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.			2
2.4	Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.			2
2.5	Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.			2
2.6	Челночный бег + удары по воротам, футбол			2
2.7	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.			2
2.8	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.			2
2.9	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.			2
<b>3.</b>	<b>Отработка техники.</b>	39		
3.1	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.			3
3.2	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.			3
3.3	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.			2
3.4	Подвижные игры.			2
3.5	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.			2
3.6	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.			2
3.7	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.			2
3.8	Товарищеская игра.			2
3.9	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.			3

3.10	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.			3
3.11	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.			3
3.12	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.			3
3.13	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.			3
3.14	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.			3
3.15	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.			3
4.	<b>Игры.</b>	6		
4.1	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.			2
4.2	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.			2
4.3	Товарищеская игра.			2
	Всего часов:	68	4	64