

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа №1 имени Чернявского Якова Михайловича станицы  
Крыловской муниципального образования Крыловский район

Утверждено  
решением педсовета  
протокол №1  
от 29.08.2023 года  
Председатель педсовета  
\_\_\_\_\_ М.В.Вихляй

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности**

**Кружок «Футбол для девочек»  
(направление спортивно-оздоровительное)  
3-4 классы (9-11 лет)**

Составитель: учитель начальных классов Милосердова Л.И.

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Личностными результатами** является формирование следующих умений:

- Формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками и педагогом в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.
- Формирование ценности здорового образа жизни средствами футбола.
- Воспитание патриотизма, уважения к отечественному футболу.

**Метапредметными результатами** является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД.*

- Умение определять цель деятельности на занятии с помощью педагога, а далее самостоятельно.
- Умение составлять комплекс физических упражнений.
- Умение оценивать правильность выполнения физических упражнений.
- Умение определить способ выполнения действия в предложенной игровой ситуации.
- Овладение основами самоконтроля на занятии.
- Овладение основами техники игры футбол и тактическим действиям.

*Познавательные УУД.*

- Умение использовать информационно-коммуникативные технологии для получения знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Умение создавать и применять схемы подвижной игры
- Умение определять основные технические элементы игры.

*Коммуникативные УУД.*

- Умение организовывать совместную деятельность с педагогом и сверстниками.
- Умение соблюдать нормы и правила поведения в процессе подвижных игр и при выполнении упражнений на технику и тактику.
- Умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), в игре футбол (защитника, нападающего, вратаря).

**Предметными результатами** является формирование следующих умений:

- Умение заботиться о своем здоровье;

- Овладение системой знаний о воздействии физических упражнений, подвижных игр и игры футбол на организм человека;
- Умение оказывать первую доврачебную помощь при травмах;
- Умение составлять индивидуальный режим дня и меню питания спортсмена и соблюдать его;
- Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств;
- Овладение основами технических элементов и тактических действий игры футбол;
- Соблюдение меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях футболом;
- Умение контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях футболом;
- Умение играть в подвижные игры и футбол с соблюдением основных правил.

## 2.Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Содержание занятий	Часы
1	Овладение техникой остановки мяча	4
2	Овладение техникой ударов по мячу ногой.	4
3	Овладение техникой ударов по мячу головой.	6
4	Овладение техникой остановки мяча.	4
5	Овладение техникой ведения мяча.	6
6	Овладение техникой вбрасывания мяча из-за боковой линии.	5
7	Овладение техникой игры вратаря	5
	<b>ИТОГО</b>	<b>34 часа</b>

### Тематическое планирование

Содержание курса	Тематический план	Характеристика деятельности обучающихся
<b>Знания о футболе</b>		
Теоретическая подготовка. Города России, в которых развивается футбол.	Футбол в России и его развитие.	Рассказывать о городах, где футбол имеет большую популярность.
Правила игры в футболе. Счет и результат игры	Исход игры, когда свистит финальный свисток.	Рассказывать и понимать окончание игры в футболе
Теория футбола. Расположение игроков в защите и нападении.	Ориентироваться на площадке, выполнять функции игроков.	Рассказывать и понимать место нахождения игроков на площадке, функции игроков.
<b>Способы</b>		

<b>двигательной деятельности</b>		
Организация и проведение занятий по футболу. Подготовка к занятиям по футболу	Основные требования к выбору места для проведения занятий Правила по подготовке места и выбору одежды и обуви для занятий по различным видам мини футбола	Перечислять основные правила организации места занятий, правильно подбирать спортивную одежду, руководствоваться этими правилами во время организации занятий по футболу
Требования безопасности	Овладение тактических действий в нападении и защите Правила техники безопасности во время занятий футболом.	Соблюдать правила техники безопасности во время физическими упражнениями. Выявлять факторы нарушения техники безопасности во время занятий футболом и своевременно их устранять
Выполнять индивидуальные технические действия: овладение техникой останов и ударов по мячу ногой	Овладение техникой останов и ударов по мячу ногой. Формирование умений и навыков выполнения индивидуальных технических действий с мячом	Описывать индивидуальную технику игры с мячом. Осваивать технику разучиваемых упражнений. Выявлять ошибки при выполнении упражнения, уметь анализировать и исправлять их. Выполнять согласованные сочетания движения
Выполнять групповые тактические взаимодействия: - в нападении: - в защите: формировать линию защиты	в нападении и защите. Формирование умений и навыков выполнения группового тактического взаимодействия в нападении и защите	Выполнять групповые тактические взаимодействия: В нападении: - в защите: формировать линию защиты.
Выполнять командные тактические действия в защите и в нападении: в нападении уметь выполнять две-три схемы игры «вторым темпом» в защите держать сформированные порядки защиты при перестроении	Основы содержательных тактических действий в нападении и защите Формирование умений и навыков выполнения командных тактических действий в нападении и защите.	Осваивать технику разучиваемых тактических действий. Демонстрировать технику выполнения изученных тактических действий в защите и нападении.
Физическое совершенствование		
Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью по футболу. Требования безопасности.	Нападение и защита Правила по технике безопасности во время занятий футболом.	Соблюдать правила техники безопасности во время занятий по футболу

Владеть навыками игры в футбол.	Основные содержательные линии. Выполнять упражнения для развития физических качеств, ориентироваться в пространстве, выполнять технико-тактические взаимодействия в игровой деятельности.	Выполнять технические упражнения из спортивной игры футбол. Взаимодействовать в парах, тройках, группах при выполнении упражнений и игровых действий. Активно участвовать в играх. Моделировать технику игровых действий и приемов, в зависимости от игровой ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Соблюдать правила игры. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в процессе игры. Проявлять доброжелательность, взаимопонимание, уважительно относиться к своим эмоциям. Использовать игровые действия футбола для развития физических качеств, и как средство активного отдыха
Упражнения общеразвивающей и специальной направленности: Требования безопасности.	Основные содержательные линии. Правила техники безопасности во время занятий легкой атлетикой.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений легкой атлетики.
Требования безопасности.	Основные содержательные линии. Правила техники безопасности во время занятий спортивными играми.	Соблюдать правила техники безопасности во время занятий спортивными играми.

#### Учебно-тематический план

№	Содержание занятий	Всего	Теория	Практика
1	Техника безопасности на уроках футбола, гигиена, форма одежды, предупреждение травм	1	1	-
2	Краткий обзор истории развития футбола	1	1	-
3	Краткие сведения о влиянии физических нагрузок на организм	1	1	-
4	Основы техники и тактики футбола	4	-	4
5	Строевые упражнения. Общая физическая подготовка, специальные упражнения	5	-	5
6	Обучение технике футбола стоя и в движении	17	-	17
7	Совершенствование навыков самостраховки,	1	-	1

	безопасного движения по площадке			
8	Контрольные испытания	4	-	4
9	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	<b>3</b>	<b>31</b>

## Календарно-тематическое планирование (3 класс)

### 1 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
3	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	
4	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1	
5	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	
6	Физподготовка. Прыжки через круг легкого бега, футбол.	1	
7	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	
8	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	1	
9	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	
10	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	1	
11	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	
12	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	
13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	
14	Подвижные игры.	1	
15	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	
16	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1	
17	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	
18	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	
19	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1	
20	Товарищеская игра.	1	

21	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1	
22	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	
23	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	
24	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	
25	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	
26	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	
27	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	
28	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	
29	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	
30	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1	
31	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	
32	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1	
33	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	
34	Учебная игра	1	

<p>Согласовано          Протокол №1 заседания методического          Объединения учителей начальных классов          МБОУ СОШ №1          От 29.08.2023 года          Руководитель МО _____          Крамаренко Е.Н.</p>	<p>Согласовано          Заместитель директора по УВР          _____ О.А.Николаенко          29.08.2023 года</p>
--	---

