

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДИНСКОЙ РАЙОН «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 15
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВИКТОРА ИВАНОВИЧА
ГРАЖДАНКИНА»

Принята на заседании
педагогического совета
«30» августа 2022 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДЕНО
Директор
МАОУ МО Динской район
СОШ №15 имени В.И. Гражданкина
И.П. Бычек

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ФУТБОЛ»

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 4 года
Возрастная категория: от 6,5 до 11 лет
Состав группы: 12-15 человек
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная

Автор-составитель:
учитель физической культуры
Войтков Виталий Сергеевич,

п. Южный, 2022

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Футбол»

Личностные результаты

Патриотического воспитания

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Гражданского воспитания и нравственного воспитания детей на основе российских традиционных ценностей

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, готовности к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, стремлению к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности, готовность оценивать свое поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания в последствии поступков

Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей

- формирование ценностного отношения к футболу, к здоровью и здоровому образу жизни, воспитание ценностного отношения к спорту, формирование практической направленности на уроках, усвоение учащимися системы спортивных навыков и овладения техническими навыками – необходимое условие формирования их мировоззрения

Эстетическое воспитание

- организация разнообразной эстетической, художественной деятельности, направленной на овладение эстетическими знаниями в области спорта, формирование эстетических потребностей, взглядов, убеждений, способности полноценно воспринимать прекрасное, формирование эстетических чувств и вкусов.

Популяризации научных знаний среди детей (Ценности научного познания)

- сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение футбола; эстетического отношения к товарищам; мировоззренческие представления соответствующих современному уровню развития спорта и составляющих основу для понимания сущности футбола.

Физическое воспитание и формирования культуры здоровья

- знание основных принципов и правил игры в футбол, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, осознания ценности жизни, ответственного отношения к своему здоровью, установки на здоровый образ жизни, осознания последствий и неприятия вредных привычек, необходимости соблюдения правил безопасности в быту и реальной жизни.

Трудовое воспитание и профессиональное самоопределения

- коммуникативной компетентности в общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности, интереса к практическому изучению профессии «футболист», в том числе на основе применения предметных знаний, осознанного выбора индивидуальной траектории продолжения образования с учетом личностных интересов и способности к предмету, общественных интересов и потребностей.

Экологическое воспитание

Экологически целесообразного отношения к природе как источнику жизни на Земле, основе ее существования, понимания ценности здоровья, здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к собственному психическому и физическому здоровью, осознания ценности правил безопасного поведения на тренировках, а также в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей.

Экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «мини-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.

Метапредметные результаты

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 на 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 интернете;

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

- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями

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 возможности существования разных точек зрения;

- корректно и аргументировано 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.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями

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.

Предметные результаты

1. Сформировано представление:

- о политическом устройстве Российского государства, его институтах, их роли в жизни общества, о его важнейших законах, о базовых национальных российских ценностях;
- символах государства – флаге, Гербе России, о флаге и гербе субъекта Российской Федерации, в котором находится образовательное учреждение;
- институтах гражданского общества, о возможностях участия граждан в общественном управлении, правах и обязанностях гражданина России;
- народах России, об их общей исторической судьбе, о единстве народов нашей страны; национальных героях и важнейших событиях истории России и ее народов;
- религиозной картине мира, роли традиционных религий в развитии Российского государства, в истории и культуре нашей страны;
- возможном негативном влиянии на морально-психологическое состояние человека компьютерных игр, кино, телевизионных передач, рекламы;

- нравственных основах учебы, ведущей роли образования, труда и значении творчества в жизни человека и общества;

- роли знаний, науки, современного производства в жизни человека и общества;

- единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, нравственного (душевного), социально-психологического (здоровья семьи и школьного коллектива);

- влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей; душевной и физической красоте человека;

- важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;

- активной роли человека в природе.

2. Сформировано ценностное отношение:

- к русскому языку как государственному, языку межнационального общения; своему национальному языку и культуре;

- семье и семейным традициям;

- учебе, труду и творчеству;

- своему здоровью, здоровью родителей (законных представителей), членов своей семьи, педагогов, сверстников;

- природе и всем формам жизни.

3. Сформирован интерес:

- к чтению, произведениям искусства, театру, музыке, выставкам и т.п.;

- общественным явлениям, понимать активную роль человека в обществе;

- государственным праздникам и важнейшим событиям в жизни России, в жизни родного города;

- природе, природным явлениям и формам жизни;

- художественному творчеству.

4. Сформированы умения:

- устанавливать дружеские взаимоотношения в коллективе, основанные на взаимопомощи и взаимной поддержке;

- проявлять бережное, гуманное отношение ко всему живому;

- соблюдать общепринятые нормы поведения в обществе;

- распознавать асоциальные поступки, уметь противостоять им; проявлять отрицательное отношение к аморальным поступкам, грубости оскорбительным словам и действиям.

Содержание курса внеурочной деятельности «Футбол»

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

2. 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)

3. 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. Поддача мяча в штрафную площадь

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

Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы Остановка мяча грудью

Остановка летящего мяча внутренней стороной стоп

5. 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)

6. Отбор мяча. Выбивание мяча ударом ногой

7. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места

8. 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)

9. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

10. 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

11. Подвижные игры и эстафеты Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.

Игры, развивающие физические способности

12. Физическая подготовка Развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости

Мини-Футбол. Развитие быстроты. Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ногой с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Развитие силы. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоскоки через препятствия. Спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину и в высоту. Прыжки на обеих ногах с дополнительным отягощением (вперёд, назад, в приседе, с продвижением вперёд)

Развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег в режиме непрерывно-интервального метода.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Футбол» 1-2 классы**

№№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		
		Общее кол-во часов	Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия
1	2	34	1	33
Сентябрь				
1	Техника безопасности на занятиях по «Мини-футболу». История футбола. Подвижные игры с элементами футбола.	1	1	0
2	Правила игры. Подвижные игры с элементами футбола. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты.	1	0	1
3	Правила игры. Подвижные игры с элементами футбола. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты.	1	0	1
4	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки). Обучение передаче мяча в парах/группах.	1	0	1
Октябрь				
5	Обучение передаче мяча в парах/группах. Совершенствование комбинаций из техники передвижения. Обучение остановки мяча.	1	0	1
6	Обучение передаче мяча в парах/группах. Совершенствование комбинаций из техники передвижения. Обучение остановки мяча.	1	0	1
7	Обучение остановке мяча. Совершенствование навыков передаче мяча. Совершенствование комбинаций из техники передвижения.	1	0	1
8	Обучение остановке мяча. Совершенствование навыков передаче мяча. Совершенствование комбинаций из техники передвижения.	1	0	1
Ноябрь				
9	Совершенствование навыков остановке мяча. Обучение техники ведения мяча. Эстафеты с ведением мяча.	1	0	1
10	Совершенствование навыков остановке мяча. Обучение техники ведения мяча. Эстафеты с ведением мяча.	1	0	1
11	Обучение удару мяча на месте, слета. Совершенствование комбинаций из техники передвижений, остановке и ведения мяча.	1	0	1
12	Обучение удару мяча на месте, слета.	1	0	1

	Совершенствование комбинаций из техники передвижений, остановке и ведения мяча.			
Декабрь				
13	Совершенствование навыков удара по мячу с места, слета. Подвижные игры с элементами футбола.	1	0	1
14	Совершенствование навыков удара по мячу с места, слета. Подвижные игры с элементами футбола.	1	0	1
15	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам. Совершенствование исполнения технических элементов.	1	0	1
16	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам. Совершенствование исполнения технических элементов.	1	0	1
Январь				
17	Обучение отбору мяча у соперника Эстафеты с ведением мяча. Совершенствование ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам.	1	0	1
18	Обучение отбору мяча у соперника Эстафеты с ведением мяча. Совершенствование ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам.	1	0	1
19	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). Совершенствование исполнения технических элементов.	1	0	1
Февраль				
20	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). Совершенствование исполнения технических элементов.	1	0	1
21	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях. Подвижные игры и эстафеты	1	0	1
22	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях. Подвижные игры и эстафеты	1	0	1
23	Совершенствование ударов по воротам. Совершенствование исполнения технических элементов. Подвижные игры и эстафеты	1	0	1
Март				
24	Совершенствование ударов по воротам. Совершенствование исполнения технических элементов. Подвижные игры и эстафеты	1	0	1
25	Совершенствование передачи мяча и остановки мяча в парах, тройках. Жонглирование мячом.	1	0	1
26	Совершенствование передачи мяча и остановки	1	0	1

	мяча в парах, тройках. Жонглирование мячом.			
Апрель				
27	Удары по прыгающему и летящему мячу. Совершенствование исполнения технических элементов. Обучение игры «Квадрат».	1	0	1
28	Удары по прыгающему и летящему мячу. Совершенствование исполнения технических элементов. Обучение игры «Квадрат».	1	0	1
29	Совершенствование ударов по прыгающему и летящему мячу. Эстафеты на развитие скоростных способностей.	1	0	1
30	Совершенствование ударов по прыгающему и летящему мячу. Эстафеты на развитие скоростных способностей.	1	0	1
Май				
31	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Обучение игры «Квадрат».	1	0	1
32	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Обучение игры «Квадрат».	1	0	1
33	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Квадрат. Учебная игра.	1	0	1
34	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Квадрат. Учебная игра.	1	0	1
Итого		34	1	33

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Футбол» 3-4 классы**

№№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		
		всего	Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия
1	2	34	1	33
Сентябрь				
1	Техника безопасности на занятиях по «мини-футболу». Профилактика травматизма в спорте. Введение. История футбола. Подвижные игры с элементами футбола	1	1	0
2	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1	0	1
3	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1	0	1
4	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1	0	1
Октябрь				
5	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1	0	1
6	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1	0	1
7	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1	0	1
8	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1	0	1
Ноябрь				
9	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	1	0	1
10	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	1	0	1
11	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	1	0	1
12	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	1	0	1
Декабрь				
13	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	0	1
14	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	0	1
15	Удары по летящему мячу серединой подъема	1	0	1
16	Удары по летящему мячу серединой и боковой частью лба	1	0	1

Январь				
17	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1	0	1
18	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1	0	1
19	Остановка катящегося мяча внутренней и внешней стороной стопы и подошвой	1	0	1
Февраль				
20	Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1	0	1
21	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1	0	1
22	Ведение мяча с активным и пассивным сопротивлением защитника	1	0	1
23	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	1	0	1
Март				
24	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом, толчком плеча в плечо, в подкате	1	0	1
25	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом, толчком плеча в плечо, в подкате	1	0	1
26	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места	1	0	1
Апрель				
27	Ловля катящегося мяча, в падении (без фазы полёта), летящего навстречу, сверху в прыжке, отбивание мяча кулаком в прыжке	1	0	1
28	Ловля катящегося мяча, в падении (без фазы полёта), летящего навстречу, сверху в прыжке, отбивание мяча кулаком в прыжке	1	0	1
29	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	1	0	1
30	Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения и с изменением позиций	1	0	1
Май				
31	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	1	0	1
32	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	1	0	1
33	Двусторонняя учебная игра	1	0	1
34	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1	0	1
Итого		34	1	33