

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Новосибирской области
Департамент образования мэрии города Новосибирска
МАОУ Гимназия № 8

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Футбол в школе» подготовлена на основе Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (с последующими изменениями и дополнениями), Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05. 2021 г № 286), Рабочей программы воспитания предназначена для физкультурноспортивной и оздоровительной работы с учащимися 2-4 классов общеобразовательной школы базового уровня, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для

развития лидерских качеств. Футбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды.

Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивости организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Целью является формирование 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».

Задачи:

- 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 физической культуре, 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.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

В соответствии с планом, программа реализуется в объеме 102 часа. На учебный год отводится: 2 класс 34 часа (из расчета 1 час в неделю), 3 класс 34 часа (из расчета 1 час в неделю), 4 класс по 34 часа (1 час в неделю).

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;
- формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; положительных качеств личности; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

Предметные результаты:

- знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств; на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;
- знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола;
- понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников; участие в футбольных проектах («Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День массового футбола»); участие в физкультурно-соревновательной деятельности;
- характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;
- понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению;
- знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады;
- осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;
- применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;
- умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных

обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;

- проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол;

- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом;

- составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закаливающих процедур;

соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем;

знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасных ситуаций; умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий футболом;

- способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

- знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения;

- выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов; знание методов тестирования физических качеств, умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования, сопоставлять со среднестатистическими показателями; проведение тестирования уровня физической подготовленности в футболе со сверстниками.

Программа учебного курса внеурочной деятельности предусматривает достижение следующих результатов образования:

Личностные результаты формируются за счёт освоения Модуля и направлены на готовность и способность обучающихся к духовно-нравственному развитию и саморазвитию и личностному самоопределению, формированию основ гражданственности, мотивации к обучению и познанию средствами футбола, накоплению необходимых знаний, ценностных установок, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества.

Метапредметные результаты включают сформированные на базе освоения Модуля, в единстве с программным материалом других образовательных дисциплин, межпредметные понятия и универсальные компетенции для их активного применения в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности, сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретается, закрепляется и совершенствуется в процессе освоения Модуля, проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий средствами футбола, с учебной, игровой и соревновательной деятельностью по футболу и в сфере физической культуры и спорта в целом.

.

Тематическое планирование «Футбол в школе»
(2 класс)

№	Тематика задания	Кол-во часов	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения футбола	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
2	Обучение передаче мяча	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
3	Обучение остановке мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
4	Совершенствование навыков остановки мяча	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
5	Совершенствование навыков передачи мяча	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
6	Обучение остановке мяча бедром	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
7	Обучение удару мяча слета	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
8	Совершенствование навыков удара по мячу слета	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
9	Совершенствование исполнения технических элементов	6	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
10	Обучение отбору мяча у соперника	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
11	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
12	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
13	Подвижные игры и эстафеты	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
14	Совершенствование ударов по воротам	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
15	Удары по прыгающему и летящему мячу	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
	ИТОГО:	34 часа		

Тематическое планирование «Футбол в школе»
(3 класс)

№	Тематика задания	Кол-во часов	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История футбола на Олимпийских играх	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
2	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
3	Обучение передаче мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
4	Обучение остановке мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
5	Обучение передаче мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
6	Совершенствование навыков остановке мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
7	Совершенствование навыков передаче мяча	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
8	Обучение остановке мяча бедром	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
9	Обучение ударам по мячу	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
10	Обучение удару мяча слета	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
11	Совершенствование навыков удара по мячу слета	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
12	Обучение остановке мяча после отскока	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
13	Обучение удару по мячу головой	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
14	Совершенствование навыков удара головой	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
15	Обучение отбору мяча у соперника	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
16	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
17	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
18	Совершенствование исполнения технических элементов	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
19	Совершенствование ударов по воротам	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
20	Удары по прыгающему и летящему мячу	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
21	Удары по катящемуся мячу	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
22	Обманные движения (финты)	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
	ИТОГО:	34 часа		

**Тематическое планирование «Футбол в школе»
(4 класс)**

№	Тематика задания	Кол-во часов	Вид контроля	Примечание
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История футбола на Олимпийских играх	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
2	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
3	Обучение передаче мяча	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
4	Обучение остановке мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
6	Совершенствование навыков остановке мяча	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
7	Совершенствование навыков передаче мяча	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
8	Обучение остановке мяча бедром	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
9	Обучение ударам по мячу	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
10	Обучение удару мяча слета	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
11	Совершенствование навыков удара по мячу слета	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
12	Обучение остановке мяча после отскока	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
13	Обучение удару по мячу головой	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
14	Совершенствование навыков удара головой	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
15	Обучение отбору мяча у соперника	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
16	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
17	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
18	Совершенствование исполнения технических элементов	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
19	Совершенствование ударов по воротам	3	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
20	Удары по прыгающему и летящему мячу	2	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
21	Удары по катящемуся мячу	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
22	Обманные движения (финты)	1	Игровая деятельность	https://spo.1sept.ru/urok/
	ИТОГО:	34 часа		

