

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Шилан
муниципального района Красноярский Самарской области

Рассмотрено
на заседании МО
Протокол № _____
От _____ 202_г.
Руководитель МО

Проверено
Зам.дир.по УВР
_____ Мартынова В.Е.
«__» _____ 202_г.

Утверждаю
Приказ № _____
от _____ 202_г.
Директор ГБОУ СОШ с. Шилан
_____ Тынянов Н.П.

Подписано цифровой подписью: Тынянов Николай Петрович
DN: 1.2.643.3.131.1.1=120C363337353031343438393632,
1.2.643.100.3=120B3131363331363538363432,
email=ekaterinovskya@mail.ru, c=RU, st=Самарская область,
l=с.Красный Яр, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ШИЛАН
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КРАСНОЯРСКИЙ САМАРСКОЙ
ОБЛАСТИ, givenName=Николай Петрович, sn=Тынянов,
title=директор, cn=Тынянов Николай Петрович
Дата: 2022.09.09 14:56:04 +04'00'

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Кожаный мяч»
1 класс
(спортивно-оздоровительное направление)

с.Шилан

2022 г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа внеурочной деятельности «Кожаный мяч» (мини-футбол) разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО, на основе примерной государственной программы спортивной подготовки для общеобразовательных школ. Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П.) и комплексной программы физического воспитания 1-11 классов (В.И.Лях, Л.А. Зданевич, «Просвещение». М.)

Программа внеурочной деятельности составлена на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (ред. от 31.12.2015) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
3. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания российских школьников. –М.: «Просвещение», 2010. – 24с.
4. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»: утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189.
5. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы, утвержденная Правительством Российской Федерации 22.11.2012 года № 2148-р.
6. Постановление Правительства РФ "О национальной доктрине образования в Российской Федерации" от 04.10.2000, №751.
7. Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы", утвержденная Постановлением Правительства РФ от 30 декабря 2015 г. № 1493.
8. «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»: распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 413 от 17 мая 2012 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного

стандарта среднего общего образования» с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г.

10. Примерная основная образовательная программа среднего общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з)
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

Назначение программы:

Мини-футбол («Кожаный мяч») – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроение двигательных действий, точность дифференцирования и оценивание пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и координационных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление) воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Актуальность курса заключается в том, что мини-футбол – один из популярных видов спорта. Футбол создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. Через заинтересованность учащихся в данном физкультурно-спортивном направлении есть возможность развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к ЗОЖ.

Возрастная группа: обучающиеся 1 класс (7 лет).

Объем часов:

1 класс: 66 часов, 1 раз в неделю по 2 часа.

Цель программы: сформировать у детей потребность в самостоятельном использовании физических упражнений, закаливающих процедур и гигиенических требований в целях поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни; воспитания навыков самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни, формирование командного духа и чувства коллектива.

Задачи:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);

Методы и формы обучения.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу («Кожаный мяч») и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные

представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговая тренировка.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы работы: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная, дистанционные технологии.

Формы достижения воспитательных результатов:

- занятия в спортивной секции, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах;
- школьные спортивные турниры и оздоровительные акции;
- оздоровительные акции в окружающем школьников социуме.

Личностные и метапредметные результаты освоения курса

Данная программа курса внеурочной деятельности предусматривает достижение следующих результатов:

личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

метапредметные результаты:

- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты:

- освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Регулятивные результаты:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные результаты:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные результаты:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

Структура курса

Разделы содержания программы:

1. Изучение теоретического материала. Осуществляется в форме 5-7 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий
2. Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке.
3. Изучение элементарных навыков судейства игр по футболу и мини-футболу.
4. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований

Ожидаемые результаты:

- развитие потребности заниматься физической культурой и спортом;
- пробуждение в детях желания заботиться о собственном здоровье;
- выработка оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей;
- формирование знания негативных факторов риска здоровью.

Занятия будут иметь оздоровительный и развивающий эффект.

Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол и будут распространять его в уличной среде среди сверстников

Календарно-тематическое планирование 1 класс.

Кол-во ча-сов	Номера заняти й	Элементы содержания	Требования к уровню под- готовленности обучающихся	Вид контроля
4	5	6	7	8
2	1	Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Правила игры.	Знать историю футбола	Текущий
		Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.	Уметь закаливаться	
2	2	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий

		и передача мяча на месте. Учебная игра «Гонка мячей», «Метко в цель»		
2	3	Стойка игрока. Перемещение спиной вперёд. Передача мяча на месте внутренней стороной стопы. Учебная игра Остановка и передача мяча в движении. «Слалом с мячом».	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	4	Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра ОФП. Упражнение «в стеночку». Набивание мяча 2-мя ногами.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	5	Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». учебная игра Обводка фишек правой левой ногой внутренней стороной. Игра «квадрат»	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	6	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра Набивание мяча коленками, головой, ногами. Упр. «квадрат». Ведение мяча из колонны –пас.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	7	Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра. Работа в парах- набрасывание и остановка мяча. Перемещение с остановкой. «Квадрат»	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	8	Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра. Остановка ступнёй. «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». «квадрат» Игра учебная.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	9	Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра. Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
2	10	Техника игры вратаря. Учебная игра. Ведение мяча и удар по воротам. Квадрат. Игра учебная. Пенальти.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий

2	11	Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Игра в «стеночку». Эстафеты «футбольный лидер». Отработка паса.		
2	12	Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Набивание мяча правой левой ногой. Учебная игра. Квадрат. Работа в парах.		
2	13	Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Обводка фишек, удар по воротам. Пенальти. Развитие физических качеств.		
2	14	Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		ОРУ.СБУ. Работа с мячом в парах. Учебная игра.		
2	15	Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: Упражнение на развитие силы.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра.		
2	16	Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Отбор мяча. Вбрасывание. СФП. Учебная игра.		
2	17	Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра.		
2	18	Тактические действия в нападении. Жонглирование.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Удар по мячу головой, ногой. Работа в парах- передачи мяча. Учебная игра.		
2	19	Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.		

		Учебная игра		
2	20	Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой. Учебная игра	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости. Учебная игра..		
2	21	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы. Учебная игра	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Передача мяча партнёру серединой лба. Развитие физических качеств. Учебная игра.		
2	22	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге. Учебная игра.		
2	23	Ведение мяча с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		ОФП. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель».		
2	24	Упражнение «Мяч в кругу». Развитие физических качеств. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		«Квадрат», подвижная игра «Слалом с мячом». Жонглирование. Учебная игра. Соревнования.		
2	25	Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра. Соревнования.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Работа в парах- набрасывание и остановка мяча. Перемещение с остановкой. «Квадрат»		
2	26	Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Остановка ступнёй. «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». «квадрат» Игра учебная.		

2	27	Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег. Учебная игра.		
2	28	Техника игры вратаря. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Ведение мяча и удар по воротам. Квадрат. Игра учебная. Пенальти.		
2	29	Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Игра в «стеночку». Эстафеты «футбольный лидер». Отработка паса.		
2	30	Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Набивание мяча правой левой ногой. Учебная игра. Квадрат. Работа в парах.		
2	31	Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование. Учебная игра.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		Обводка фишек, удар по воротам. Пенальти. Развитие физических качеств.		
2	32	Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра. Соревнования.	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий
		ОРУ.СБУ. Работа с мячом в парах. Учебная игра.		
2	33	Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра	Уметь выполнять технические приёмы	Текущий

Список используемой литературы

1. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2005. - 144 с.
2. Андреев С.Н., Алиев Э. Г., Левин В. С., Еременко К. В. Мини-футбол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.
3. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность. Футбол. -

Москва, «Просвещение», 2011.

4. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И.Ляха 5-9 классы. . - Москва, «Просвещение», 2012.
5. Максименко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2006. - 276 с.
6. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.
7. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт, 2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)
8. Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980.-255 с.

Цифровые образовательные ресурсы

<http://www.amfr.ru/> - Ассоциация мини – футбола России;

<http://uchitelya.com> - Учительский портал;

<http://fizkulturavshkole.ru/> - портал «Физкультура в школе»;

<http://spo.1september.ru/> - журнал «Спорт в школе»;

<https://rfs.ru/> - сайт «Российский футбольный союз»