

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа х. Тараховка Перелюбского муниципального района Саратовской области»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического совета школы

Руководитель  / А.С. Строкова/

Протокол № 1 от «23» августа 2017г.

СОГЛАСОВАНО


Заместитель директора по УВР МБОУ
«Основная общеобразовательная школа х.
Тараховка Перелюбского муниципального
района Саратовской области»

 / А.С. Строкова/

«23» августа 2017г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Основная
общеобразовательная школа х. Тараховка
Перелюбского муниципального района
Саратовской области»

 / О.В. Лукпанова /

Приказ № 1/1 от «23» августа 2017г.



**Рабочая программа по внеурочной деятельности
Спортивная секция «Футбол»
для 1-2 класса**

Салимовой Динары Курмангалеевны

РАССМОТРЕНО

На заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «23» августа 2017г

2017-2018 учебный год

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности «Футбол» для начальной школы составлена в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 и в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования»
- примерной основной программы начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемыми результатами начального общего образования с учетом межпредметных и внутри предметных связей, логики учебного процесса, задачами формирования у младших школьников умения учиться;
- примерной программой и авторской программы «Комплексная программа воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение. 2012 г.);
- требованиями к результатам освоения образовательной программы начального общего образования ОО; основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования. В ней соблюдается преемственность с ФГОС ОО, учитываются возрастные и психологические особенности школьников, учитываются межпредметные связи;
- федеральным законом «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ и от 6 декабря 2011 г. № 412-ФЗ «о внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте Российской Федерации»»;
- учебным планом ОО на 2017-2018 учебный год;
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 189 от 29.12.2010 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (вместе с «СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», с учётом внесённых изменений в постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24 ноября 2015 года № 81.

Программный материал для групп секции состоит из теоретического и практического разделов. Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-7 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. В ходе практических занятий учащиеся группы получают элементарные навыки судейства игр по футболу и мини-футболу. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Тип программы: спортивно-оздоровительное направление

Количество часов: 34 ч.

Формы контроля: наблюдение, корректировка, диагностика, тестирование

Формы организации занятий: урок-тренировка, урок-соревнование, контрольный урок, инструктивный урок.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Воспитанники должны:

Знать:

- Терминологию избранной игры.
- Правила и организацию проведения соревнований по футболу (мини-футболу).
- Технику безопасности при проведении соревнований и занятий.

Уметь:

- Подготавливать места занятий.
- Помогать в судействе.
- Организовывать и проводить подвижные игры и игровые задания.

Содержание курса внеурочной деятельности

История возникновения футбола.

Откуда пошло название игры «футбол». Где и когда разработаны первые правила игры в футбол. Создание первых футбольных клубов. Официальные международные правила игры в футбол (размер игрового поля, размер ворот, размер мяча, игра вратаря и др.). Совершенствование тактики и техники игры в футбол: угловой удар, 11 метровый штрафной удар (пенальти), футбольные ворота, сетка на футбольных воротах, судья в поле, судья в поле с двумя помощниками. История международных встреч по футболу. Первые официальные международные турниры с участием футболистов Англии, Шотландии, Уэльса и Ирландии. Популярность футбола в Европе и Латинской Америке. Создание Международной федерации футбольных ассоциаций (ФИФА).

Правила безопасности во время занятий юных футболистов

Правила поведения учащихся во время занятий, при передвижении к месту соревнований и обратно. Причины, приводящие к травматизму. Наиболее типичные травмы футболистов. Профилактика травматизма: разминка, соблюдение требований к местам проведения занятий, инвентарю, одежде и обуви. Действия учителя в обеспечении безопасности занятий по футболу.

Правила игры в футбол (основные понятия)

Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места). Ворота (размеры). Мяч (размеры, стандарты). Участники игры (состав команды, основной состав, запасные игроки, капитан команды, судьи). Игровая форма. Замена игроков. Игровое время. Перерывы и задержки. Поведение игроков (честная игра, нарушения и санкции). Победитель и проигравший в игре, ничейный результат.

Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию

Подбор одежды и обуви для факультативных занятий с учетом их сезонности. Использование одежды и обуви только для спортивных занятий. Периодичность стирки спортивной одежды. Спортивная форма и обувь для участия в соревнованиях по футболу. Мячи, стойки для обводки, ворота стандартные и нестандартные, тренажеры для развития физических качеств - требования и противопоказания к их использованию.

Техническая подготовка

Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

Ведение одновременно двух мячей.

Передачи мяча правой и левой ногой.

Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами.

Остановка катящегося мяча правой и левой ногой.

Остановка ногой летящего мяча.

Остановка грудью летящего мяча.

Удары по неподвижному мячу серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком с попаданием в ворота.

Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, ловля мяча руками в падении, введение мяча в игру броском одной рукой, ударом ногой по неподвижному мячу и после набрасывания.

Эстафеты с ведением и передачами мяча.

Конкурсы: с ударами по воротам «Кто точнее»; с ударами по неподвижному мячу и после набрасывания «Кто дальше».

Игры в «Лабиринт».

Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии.

Игра в футбол по упрощенным правилам 3 на 3, 4 на 4, 5 на 5 игроков.

Физическая подготовка

Комплексы общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом. Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленных на развитие:

- > координационных способностей;
- > быстроты;
- > ловкости;
- > точности движений и передач мяча;
- > гибкости и подвижности в коленных и тазобедренных суставах;
- > игровой выносливости;
- > точности ударов по воротам.
- >

Подвижные игры и эстафеты

- > пятнашки с мячом;
- > лабиринт (с мячом и без мяча);
- > змейка;
- > бег по ломаной кривой;
- > челночный бег;
- > эстафета с ведением двух мячей;
- > эстафета с ударами по воротам.

Игра в футбол малыми составами

Игра 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4 игрока на алых площадках с использованием маленьких (хоккейных) ворот.

Контрольные испытания

Тестирование уровня физической подготовленности:

- > бег 30м с высокого старта;
- > челночный бег ;
- > прыжок в длину с места;
- > бег по ломаной кривой 30м.

Тестирование уровня специальной подготовленности:

- > ведение мяча 30м с обводкой стоек;
- > челночный бег с мячом;
- > удар по неподвижному мячу на дальность;
- > жонглирование мячом (ногами и головой).

Тематическое планирование

№	Тематика занятий	Количество теоретических	Количество практических	Всего часов	Дата
1	Техника безопасности на занятиях по футболу .	1		1	
2	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию.		1		
3	Техническая подготовка Обучение передаче мяча.		1		
4	Обучение остановке мяча.		1		
5	Обучение остановке мяча.		1		
6	Обучение передаче мяча.		1		
7	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		
8	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		
9	Обучение остановки мяча бедром.		1		
10	Обучение ударам мяча.		1		
11	Совершенствование навыков удара мяча.		1		
12	Обучение удару мяча слета.		1		

13	Совершенствование навыков удара мяча с лета.		1		
14	Обучение остановке мяча после отскока.		1		
15	Обучение удару мяча головой.		1		
16	Совершенствование навыков удара мяча головой.		1		
17	Обучение отбору мяча у соперника.		1		
18	Обучение отбору мяча у соперника.		1		
19	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).		1		
20	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).		1		
21	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).		1		
22	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.		1		
23	Совершенствование исполнения технических элементов.		1		
24	Совершенствование ударов мяча по воротам.		1		
25	Совершенствование ударов мяча по воротам.		1		

26	Удары по прыгающему и летящему мячу.		1		
27	Учебная игра.		1		
28	Удары по катящемуся мячу.		1		
29	Учебная игра.		1		
30	Обманные движения (финты).		1		
31	Первенство школы по мини футболу.		1		
32	Первенство школы по мини футболу.		1		
33	Первенство школы по мини футболу.		1		
34	Первенство школы по мини футболу.		1		
	ИТОГО:	1	33час.	34 час.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Дата		Тема урока	Планируемые результаты	Из них	
	план	факт			теория	практика
Техническая подготовка						
1	04.09		Техника безопасности на занятиях по футболу .	Личностные: <ul style="list-style-type: none"> • Мотивация к обучению • Терпение • Воля Стремление к достижению цели Регулятивные: <ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Самооценка • Взаимооценка Познавательные: <ul style="list-style-type: none"> • Выбор эффективной техники • Рефлексия • Решение проблем собственным путем 	1	
2	11.09		Техническая подготовка Обучение передаче мяча.			1
3	18.09		Обучение передаче мяча.			1
4	25.09		Обучение остановке мяча.			1

5	02.1 0		Обучение остановке мяча.	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество • Разрешение конфликтов <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способность контролировать мяч • Умение наносить удары по мячу различными способами • Способность противодействовать сопернику 		1
6	09.1 0		Обучение передаче мяча.			1
7	16.1 0		Совершенство вание навыков остановке мяча.			1
8	23.1 0		Совершенство вание навыков передаче мяча.			1
9	13.1 1		Обучение остановки мяча бедром.			1
10	20.1 1		Обучение ударам мяча.			1
11	27.1 1		Совершенство вание навыков удара мяча.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Терпение • Воля • Стремление к достижению цели <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Самооценка 		1
12	27.1 1		Обучение удару мяча слета.			1

13	04.1 2		Совершенство вание навыков удара мяча с лета.	<ul style="list-style-type: none"> • Взаимооценка Познавательные: <ul style="list-style-type: none"> • Выбор эффективной тактики • Рефлексия • Решение проблем собственным путем 		1
14	11.1 2		Обучение остановке мяча после отскока.	Коммуникативные: <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество • Разрешение конфликтов Предметные: <ul style="list-style-type: none"> • Способность выбирать действие 		1
15	18.1 2		Обучение удару мяча головой.	<ul style="list-style-type: none"> • Умение «действовать на опережение» Способность к групповым взаимодействиям		1
16	25.1 1		Совершенствов ание навыков удара мяча головой.	Личностные: <ul style="list-style-type: none"> • Терпение • Воля • Стремление к достижению цели Регулятивные:		1
17	15.0 1		Обучение отбору мяча у соперника.	<ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Самооценка • Взаимооценка Познавательные:		1
18	22.0 1		Обучение отбору мяча у соперника.	<ul style="list-style-type: none"> • Выбор эффективной тактики • Рефлексия • Решение проблем собственным путем 		1

19	29.0 1		Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество • Разрешение конфликтов <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способность к физическим усилиям • Умение выполнять строевые команды <p style="text-align: center;">Осознание основ ЗОЖ</p>		1
20	05.0 2		Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).			1
21	12.0 2		Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях			1
22	19.0 2 26.0 2		Совершенство вание навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.			1

23	05.0 3		Совершенство вание исполнения технических элементов.			1
24	12.0 3		Совершенство вание ударов мяча по воротам.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Терпение • Воля • Стремление к достижению цели <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Самооценка • Взаимооценка <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выбор эффективной тактики • Рефлексия • Решение проблем собственным путем <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество • Разрешение конфликтов 		1
25	19.0 3		Совершенство вание ударов мяча по воротам.			1
26	09.0 4		Игра в футбол малыми составами.			1
27	09.0 4		Удары по мячу носком, пяткой. Жонглировани е.			1
28	16.0 4		Учебная игра.			1

29	23.0 4		Учебная игра.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие специальных физических качеств <p>Способность выполнять максимальные усилия</p>		1
30	30.0 4		Отбор мяча. Вбрасывание.			1
31	07.0 5		Обманные движения (финты).			1
32	14.0 5		Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Воля • Стремление к достижению цели <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Планирование • Самооценка • Взаимооценка <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выбор эффективной тактики • Рефлексия • Решение проблем собственным путем <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сотрудничество <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умение проявить качества в игровой обстановке <p>способность проявлять лидерские качества</p>		3
33	21.0 5		Первенство школы по мини футболу.			
34	28.0 5		Первенство школы по мини футболу.			

Материально – техническое обеспечение

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
2. Решитько В.Л. «Техническая подготовка юных футболистов»: методические рекомендации-М.,1994Глязер С.
3. СуворовВ.В. «Техническая подготовка юных футболистов на основе учета структуры соревновательной деятельности».
4. «Физическая культура в школе» - Москва, 2010
5. «Физкультура и спорт» - Москва, 2010
6. **Мини-фубол**(футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.
7. Андреев СЛ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2005. - 144 с.
8. Максименко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2006. - 276 с.
9. Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980.-255 с.
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.
11. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)