

Комитет по образованию администрации города Заринска Алтайского края
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №15 с углублённым изучением отдельных
предметов
г.Заринска Алтайского края

РАССМОТРЕНА
На заседании ШМО
учителей естественно-
научного цикла
И.М. Каморная
№1 от «26» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора
Т.Г. Прудникова
№1 от «28» 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности «Футбол»
для обучающихся (1А,1Б,4А,4Б,4В)
(ID 4378222)

г. Заринск 2024 г.

ПРОГРАММА МОДУЛЯ «ФУТБОЛ»

Пояснительная записка

Учебный модуль «Футбол» (далее – модуль по футболу, футбол) на уровне начального общего образования разработан с целью оказания методической помощи учителю физической культуры в создании рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения по различным видам спорта.

Футбол – самая популярная и доступная игра, которая является эффективным средством физического воспитания, содействует всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению.

Футбол позволяет обучающимся понимать принципы взаимовыручки, проявлять волю, терпение и развивать чувство ответственности. В процессе игры формируется командный дух, познаются основы взаимодействия друг с другом. Футбол – командная игра, в которой каждому члену команды надо научиться выстраивать отношения с другими игроками. Психологический климат в команде играет определяющую роль и оказывает серьезное влияние на результат. Футбол дает возможность выработать коммуникативные навыки, развить чувство сплочённости и желание находить общий язык с партнером, а также решать конфликтные ситуации.

Систематические занятия футболом оказывают на организм обучающихся всестороннее влияние: повышают общий объём двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Модуль «Футбол» рассматривается как средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры как для мальчиков, так и для девочек, повышает умственную работоспособность, снижает заболеваемость и утомление у обучающихся, возникающее в ходе учебных занятий.

Целями изучения модуля «Футбол» являются: 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».

Задачами изучения модуля «Футбол» являются: всестороннее гармоничное развитие детей, увеличение объёма

их двигательной активности; формирование общих представлений о виде спорта «футбол», его

возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся; развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся, укрепление их физического, нравственного, психологического и социального здоровья, обеспечение культуры безопасного поведения средствами футбола; ознакомление и обучение физическим упражнениям общеразвивающей и корригирующей направленности посредством освоения

технических действий в футболе; ознакомление и освоение знаний об истории и развитии футбола, основных

понятиях и современных представлениях о футболе, его возможностях и значениях в процессе развития и укрепления здоровья, физическом развитии обучающихся; обучение двигательным умениям и навыкам, техническим действиям

в футболе в образовательной деятельности, физкультурно-оздоровительной деятельности и при организации самостоятельных занятий по футболу; воспитание социально значимых качеств личности, норм коллективного

взаимодействия и сотрудничества в игровой деятельности средствами футбола; удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях

физической культурой и спортом средствами футбола; популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способность к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, футбольные секции и к участию в соревнованиях; выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Место и роль модуля «Футбол». Модуль «Футбол» доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами футбола, их использования в прикладных целях для увеличения объёма двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Интеграция модуля по футболу поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к выполнению норм ГТО и участию в спортивных мероприятиях.

Учебный модуль «Футбол» может быть реализован в следующих вариантах: при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса

освоения обучающимися учебного материала по футболу с выбором различных элементов футбола, с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой и интенсивностью); в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого

за счёт части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворение различных интересов обучающихся (при организации и проведении уроков физической культуры

с 3-х часовой недельной нагрузкой рекомендуемый объём в 1 классе – 33 часа, во 2, 3, 4 классах – по 34 часа); в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную

работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов (рекомендуемый объём в 1 классе – 33 часа, во 2, 3, 4 классах – по 34 часа).

Содержание модуля «Футбол»

Знания о футболе.

История зарождения футбола, как вида спорта, в мире и в Российской Федерации.

Легендарные отечественные и зарубежные игроки, тренеры.

Достижения сборных команд страны по футболу на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх.

Футбольный словарь терминов и определений. Спортивные дисциплины вида спорта «Футбол».

Состав футбольной команды, функции игроков в команде, роль капитана команды.

Правила безопасности и культура поведения во время посещения соревнований по футболу, правила поведения во время занятий футболом.

Футбол, как средство укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств.

Правила личной гигиены во время занятий футболом. Требование к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю.

Способы самостоятельной деятельности.

Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом.

Первые внешние признаки утомления. Способы самоконтроля за физической нагрузкой, соблюдение питьевого режима.

Уход за спортивным инвентарем и оборудованием при занятиях футболом.

Основы организации самостоятельных занятий футболом.

Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола со сверстниками в активной досуговой деятельности.

Составление комплексов различной направленности: утренней, корригирующей и дыхательной гимнастики, упражнений для профилактики плоскостопия и развития физических качеств.

Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения.

Тестирование уровня физической и технической подготовленности в футболе.

Физическое совершенствование.

Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с мячом и без мяча. Техника передвижения и специально-беговые упражнения.

Комплексы специальных упражнений для развития физических качеств, технических приемов и упражнений на частоту движений ног.

Подвижные игры без мячей и с мячами. Подвижные игры и эстафеты специальной направленности с элементами футбола. Индивидуальные технические действия с мячом:

ведение мяча ногой – внутренней частью подъема, внешней частью подъема,

средней частью подъема, внутренней стороной стопы; развороты с мячом – подошвой, внешней стороной стопы, внутренней

стороной стопы; удары по мячу ногой – внутренней стороной стопы, средней частью подъема,

внутренней частью подъема; остановка мяча ногой – подошвой, внутренней стороной стопы; обманные движения («финты») – «остановка» мяча ногой, «уход» в сторону.

Игровые упражнения в парах, в тройках и тактические действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности). Игра в футбол по упрощенным правилам.

Учебные игры, участие в фестивалях и соревновательных по футболу.

Тестовые упражнения по физической и технической подготовленности обучающихся в футболе.

Планируемые результаты

Содержание учебного модуля «Футбол» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

проявление патриотизма, чувства гордости, уважения к Отечеству через знания истории о достижениях сборных команд страны по футболу на чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх и современного состояния развития футбола в Российской Федерации; проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры

общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями

в различных (нестандартных) ситуациях, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие

мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям; проявление осознанного и ответственного отношения к собственным

поступкам, моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу.

Метапредметные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

формирование способности понимать цели и задачи учебной деятельности,

поиска средств и способов её осуществления; умение планировать пути достижения целей с учетом наиболее эффективных способов решения задач средствами футбола в учебной, игровой,

соревновательной и досуговой деятельности, соотносить двигательные действия с планируемыми результатами в футболе, определять и корректировать способы действий в рамках предложенных условий; умение владеть основами самоконтроля, самооценки, выявлять, анализировать и находить способы устранения ошибок при выполнении технических приёмов футбола; умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками,

работать индивидуально и в группе.

Предметные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

понимание о роли и значении занятий футболом, как средством укрепления

здоровья, закаливания, развития физических качеств человека; соблюдение правил личной гигиены, безопасного поведения во время занятий футболом и посещения соревнований по футболу, требования к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом; формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим

состоянием, показателями физического развития и основных физических

качеств;

организация самостоятельных занятий футболом, подвижных игры

специальной направленности с элементами футбола со сверстниками; выполнение комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений,

упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости, специальных упражнений для формирования технических действий футболиста; выполнение различных видов передвижений: бег, прыжки, остановки,

повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности; выполнение индивидуальных технических приемов владения мячом: ведение, развороты, удары по мячу ногой, остановка и (или) прием мяча, обманные движения («финты»); выполнение тактических комбинаций: в парах, в тройках и тактических

действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности); выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной

физической подготовленности, технической подготовки обучающихся; умение излагать правила и условия подвижных игр, игровых заданий,

эстафет;

участие в учебных играх и фестивалях в уменьшенных составах,

на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам; участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном,

муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях; проявление волевых, социальных качеств личности, организованности,

ответственности в учебной, игровой и соревновательной деятельности; проявление уважительных отношении к одноклассникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях футболом.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАССЫ

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образовательн ые ресурсы
		Всег о	Контрольн ые работы	Практическ ие работы		
1	Игра футбол ,основные правила игры. Правила безопасного поведения на занятии футбола	1				
2	Упражнения на развитие физических способностей	1				
3	История зарождения футбола	1				
4	Обучение равномерном у бегу в колонне по одному с невысокой скоростью. Подвижная игра	1				
5	Упражнения в передвижени и с изменением скорости	1				
6	Упражнения на развитие координации	1				
7	Подвижные	1				

	игры с элементами футбола					
8	Подвижные игры на развитие координации	1				
9	Ведение мяча	1				
10	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1				
11	Осанка человека. Упражнения для осанки	1				
12	Бег на развитие скоростных способностей	1				
13	Упражнения на развитие координации	1				
14	Учимся гимнастическим упражнениям	1				
15	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом. Подвижная игра	1				
16	Остановка мяча в движении	1				
17	Строевые упражнения и организующие команды на	1				

	уроках физической культуры. Подвижная игра					
18	Гимнастические упражнения с мячом	1				
19	Подвижные игры на развитие ловкости	1				
20	Тестирование физических качеств	1				
21	Подвижные игры с мячом	1				
22	Освоение правил и техники выполнения нормативов комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине	1				
23	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	1				
24	Ведение мяча с изменением направления движения	1				

25	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1				
26	Передача мяча	1				
27	Тактические действия игроков	1				
28	Подвижные игры с элементами футбола	1				
29	Учебная игра	1				
30	Технические действия с мячом	1				
31	Передачи и остановка мяча	1				
32	Ведение мяча ,обводка	1				
33	Тестирование технических приемов	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	0		

4 КЛАССЫ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Правила безопасности на занятиях футбола	1				
2	Из истории развития футбола	1				
3	Предупреждение травм. Подвижная игра « Перестрелка».	1				
4	Беговые упражнения. Ведение мяча	1				
5	Прыжки, многоскоки. Учебная игра	1				
6	Упражнения на развитие координации. Техника передачи мяча	1				
7	Ведение мяча с изменением направления движения	1				
8	Передачи мяча в парах	1				
9	Удары по воротам с места, в движении					
10	Упражнения на технику владения мячом	1				
11	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма. Подвижная игра	1				
12	Передачи мяча в движении	1				
13	Обводка, финты	1				
14	Подвижная игра «Снайпер по	1				

	футбольным правилам»					
15	Тактические действия игроков	1				
16	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела. Учебная игра	1				
17	Передачи и остановки мяча	1				
18	Техника верхней передачи мяча	1				
19	Тактика игры в нападении	1				
20	Тактика игры в защите	1				
21	Техника отбора мяча	1				
22	Жонглирование мячом	1				
23	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				
24	Подвижные игры на развитие ловкости	1				
25	Подвижные игры на развитие координации	1				
26	Тестирование физических качеств	1				
27	Тестирование техники владения мячом	1				
28	Удары по воротам с различной дистанции	1				
29	Учебная игра	1				
30	Подвижные игры с элементами футбола	1				
31	Упражнения на технику игрой головой	1				
32	Передачи и остановка мяча в группах	1				
33	Тактические действия в нападении	1				
34	Учебная игра. Тестирование.	1				

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	0	
-------------------------------------	----	---	---	--

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗ 1 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе:

1. Примерная рабочая программа начального общего образования (для 1-4 классов) Москва 2023

2. Авторская программа: Физическая культура: рабочая программа : 1—4 классы : Ф-50 учебно-методическое пособие / Т. В. Петрова, Ю. А. Копылов, Н. В. Полянская, С. С. Петров. — 2-е изд., перераб. — М. :Вентана-Граф, 2017. — 46, [2] с.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА
Физическая культура 3класс, учебник Матвеев И.П. 5 издание приказ №283 а/о издательство Просвещение.

Оборудование и приборы:

1. Спортивные залы игровые
2. Пришкольный стадион
3. Лыжная база
4. Стенка гимнастическая
5. Бревно гимнастическое напольное
6. Бревно гимнастическое высокое
7. Козёл гимнастический
8. Канат для лазанья с механическим креплением
9. Мост гимнастический
10. Планка для прыжков в высоту
11. Стойки для прыжков в высоту
12. Щиты с баскетбольными кольцами
13. Сетки волейбольные
14. Скамейки гимнастические
15. Маты гимнастические
16. Гантели
17. Коврики
18. Ленты
19. Кегли
20. Палки гимнастические
21. Скакалки гимнастические
22. Обручи гимнастические
23. Мячи набивные
24. Мячи малые (резиновые, теннисные)
25. Мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные)
26. Эстафетные палочки
27. Рулетки измерительные
28. Конусы
29. Футбольные ворота
30. Секундомер
31. Табло перекидное
32. Сетка для переноса мячей и хранения мячей
33. Жилетки игровые
34. Весы медицинские
35. Аптечка медицинская

Демонстрационный материал:

- 1.Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
- 2.Плакаты методические по разделам программы.

3.Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования /М-во образования и науки Рос. Федерации. – 2-е изд. –М.: Просвещение, 2011. – 31 с. – (Стандарты второго поколения).
2. Авторская программа «Физическая культура» Лях В.И. (Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: Пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях. - 4-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 64 с.;
3. Система учебников «Школа России» <http://school-russia.prosv.ru/info>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. [Электронный ресурс] Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия: Современная, универсальная Российская энциклопедия. - М.: ООО «КиМ», 2006 г.

Интернет-ресурсы:

1. <http://fizkulturavshkole.ru/kriterii.htm>- физкультура в школе
2. <http://.schol-collection.edu.ru/>- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
3. http://www.couo.ru/document_print.asp?document_id=170715 - Коллекции цифровых и электронных образовательных ресурсов
4. <http://festival.1september.ru/> - Сайт «Фестиваль педагогических идей»
5. <http://www.it-n.ru/> - «Сеть творческих учителей»
6. <http://www.gov.ed.ru> Русский образовательный портал
7. <http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»
8. <http://www.km.ru> Портал компании «Кирилл и Мефодий»
9. <http://www.uroki.ru> Образовательный портал «Учеба»
10. <http://school-collection.edu.ru/catalog/pupil/?subject=36>
11. Аудиозаписи музыкальные диски.