


государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области
«Самарский казачий кадетский корпус»

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1
к ООП НОО ГБОУ «Самарский
казачий кадетский корпус»


«РАССМОТРЕНА»

на заседании МО учителей
начального общего образования


/Коновалова Н.Н./
Протокол № 1 от «26» августа 2024 г.

«ПРОВЕРЕНА»

заместителем директора по УМР


/Дубовая А.Ю./
Протокол №1 от «26» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДЕНА»

приказом директора ГБОУ «Самарский
казачий кадетский корпус»


/Синявский С.И./
Приказ №113 - У от «30» августа 2024 г.

ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Футбол»

Направление: духовно-нравственное

Форма организации: кружок

Класс: 1-4

Срок реализации: 4 года

Составители: учителя начальных классов

Самара, 2024

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Футбол»
начальное общее образование (1-4 класс)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа составлена на основе:

-Образовательный модуль «Футбол для всех» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих

образовательные программы начального общего образования (далее –Модуль) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ

«Об образовании в Российской Федерации», на основе федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и с учетом примерных основных образовательных программ начального общего образования, Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г.

- Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

– право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п.п. 6 п.3 ст.28 Закона);

– право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ, методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы,

отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

В содержании Модуля специфика футбола сочетается со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в общеобразовательной организации (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всеми возрастными категория обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Футбол»

Цель модуля – формирование устойчивых мотивов и потребностей

в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни подрастающего поколения с использованием средств игры «Футбол».

Задачи модуля:

1. Приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола.
2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью с использованием средств футбола.
3. Укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма.
4. Воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.
5. Популяризация и увеличение числа занимающихся футболом.

Преимущество Модуля состоит в том, что используемые в процессе обучения технологии способствуют повышению общего уровня двигательной активности обучающихся младшего школьного возраста, служат важным фактором компенсации гиподинамии; содействуют укреплению опорно-двигательного аппарата и улучшению работы кровеносной и дыхательной систем организма; решают комплекс основных задач

физического воспитания на ступени начального общего образования; создают оптимальные условия гармоничного развития личности, обеспечивая гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности на всех ступенях образования в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся; совершенствуют интеграцию уроков физической культуры, внеурочной деятельности, системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и деятельности школьного спортивного клуба; способствуют развитию основных физических качеств, игрового мышления обучающихся.

Место изучения курса внеурочной деятельности «Футбол» в учебном плане.

Модуль может реализовываться на уроках физической культуры в 1–4 классах общеобразовательной организации на протяжении всего учебного периода по 1 часу в неделю (п. 10.20 СанПиН 2.4.2.2821-10). При планировании занятий футболом на уроках физической культуры, на уровне начального общего образования (1–4 классы) изучение базовых основ техники игры в футбол предполагается в объеме 135 часов (по 33 часа в 1 классе и по 34 часа в 2–4 классах).

Содержание курса внеурочной деятельности «Футбол»

Содержание Модуля расширяет и дополняет знания полученные в результате освоения примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования. Педагог имеет возможность вариативно использовать учебный материал в разных частях урока по физической культуре с выбором различных элементов игры в футбол с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся.

РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Общее понятие о гигиене. Личная гигиена футболиста. Закаливание. Режим

и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста. Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Игровые амплуа в футболе. Подбор общеразвивающих упражнений для разминки футболиста различного амплуа.

РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул. Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Спортивно-оздоровительная деятельность. Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста. Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Бой петухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Точный удар», «Футбольный слалом», «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Охотники за мячами», «Ловцы игрока без мяча», «Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч», «Вызов номеров», «Только своему», «Салки в тройках», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и др. Индивидуальные технические действия: Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом, по прямой, с изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двумя ногами с места. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Удары по мячу: внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, резаный удар, удар-бросок стопой, с полудета. Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой, грудью. Ведение мяча. Понятие о ведении мяча. Преимущества игроков, хорошо владеющих ведением мяча. Упражнения для разучивания ведения мяча. Обманные движения (финты): «уходом», «уходом с ложным замахом на удар», «проброс мяча мимо соперника». Отбор мяча: запрещенные приемы при отборе мяча. Отбор мяча

накладыванием стопы, выбиванием, перехватом. Техника игры вратаря. Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетящего мяча; полувысокого мяча; ловля мяча в прыжке. Ловля высоколетящего, полувысокого, летящего в стороне мяча. Отбивание катящегося и низколетящего в стороне мяча в выпаде. Отбивание мяча ладонями; кулаком или кулаками. Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук. Тактические действия: Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника. Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение. Способы передачи мяча. Удары по воротам. Групповые тактические действия в атаке. Действия против соперника без мяча и с мячом. Групповые действия в обороне и их основные способы. Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Упражнения для разучивания приемов игры на выходах. Введение мяча в игру. Руководство действиями партнеров в обороне. Участие вратаря в атакующих действиях партнеров.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности « Футбол» на уровне начального общего образования.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями от 31 декабря 2015 года) Модуль «Футбол для всех», направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения Модуля. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за отечественных футболистов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;
- 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 освоения модуля характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в игровой деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания Модуля, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол;

определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;

- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения Модуля и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий футболом.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения;
- овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол 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);
- применение и изложение в доступной форме полученных знаний о физической культуре и футболе, грамотное использование понятийного аппарата;
- освоение правил поведения и безопасности во время занятий

и соревнований по футболу;

- приобретение навыка правильно подбирать одежду и обувь для занятий и соревнований по футболу;
- приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;
- овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры;
- освоение некоторых навыков первичной технической подготовки футболиста (выполнение ударов по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение мяча и выполнение финтов, отбор мяча);
- знание о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в атаке и в обороне;
- формирование общего представления о технике и тактике игры вратаря;
- применение во время игры в футбол всех основных технических элементов (техника перемещения, передача и ловля мяча).

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Футбол» на уровне начального общего образования.

1 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
-------	------	--------------

1	Теоретическая подготовка. Физическая культура и спорт в России. Развитие мини-футбола в России и за рубежом	1
2	Техническая подготовка. Техника передвижения.	1
3	Удары по мячу ногой.	1
4	Удары по мячу головой.	1
5	Остановка мяча. .	1
6-7	Учебные и тренировочные игры.	2
8	Ведение мяча.	1
9	Обманные движения (финты).	1
10	Отбор мяча.	1
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1
12-13	Учебные и тренировочные игры.	2
14	Техника игры вратаря.	1
15	Теоретическая подготовка. Гигиенические знания и навыки. Режим и питание спортсмена.	1
16	Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия	1
17	Тактика нападения. Групповые действия	1
18-19	Учебные и тренировочные игры.	2
20	Тактика нападения. Командные действия.	1
21-22	Учебные и тренировочные игры.	2
23	Тактика защиты. Индивидуальные действия	1
24	Тактика защиты. Групповые действия.	1
25-26	Учебные и тренировочные игры.	2
27	Тактика защиты. Командные действия.	1
28	Тактика защиты. Тактика вратаря	1
29	Учебные и тренировочные игры.	1
30	Теоретическая подготовка. Правила игры. Организация и проведение соревнований.	1
31-33	Соревнования.	3

2 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Теоретическая подготовка. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1
2	Техническая подготовка. Техника передвижения.	1
3	Удары по мячу ногой.	1
4	Удары по мячу головой.	1
5	Остановка мяча	1
6-7	Учебные и тренировочные игры	2
8	Ведение мяча.	1
9	Обманные движения (финты).	1
10	Отбор мяча	1
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1
12-13	Учебные и тренировочные игры	2
14	Техника игры вратаря.	1
15	Теоретическая подготовка. Режим и питание спортсмена	1
16	Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1
17	Тактика нападения. Групповые действия.	1
18-19	Учебные и тренировочные игры.	2
20	Тактика нападения. Командные действия.	1
21-22	Учебные и тренировочные игры	2
23	Тактика защиты. Индивидуальные действия	1
24	Тактика защиты. Групповые действия.	1
25-26	Учебные и тренировочные игры.	2

27	Тактика защиты. Командные действия.	1
28	Тактика защиты. Тактика вратаря.	1
29	Учебные и тренировочные игры.	1
30	Теоретическая подготовка. Установки перед играми и разбор проведённых игр.	1
31-34	Соревнования.	4

3 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Теоретическая подготовка. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1
2	Техническая подготовка. Техника передвижения.	1
3	Удары по мячу ногой.	1
4	Удары по мячу головой.	1
5	Остановка мяча	1
6-7	Учебные и тренировочные игры	2
8	Ведение мяча.	1
9	Обманные движения (финты).	1
10	Отбор мяча	1
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1
12-13	Учебные и тренировочные игры	2
14	Техника игры вратаря.	1
15	Теоретическая подготовка. Режим и питание спортсмена	1
16	Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1
17	Тактика нападения. Групповые действия.	1
18-19	Учебные и тренировочные игры.	2
20	Тактика нападения. Командные действия.	1
21-22	Учебные и тренировочные игры	2
23	Тактика защиты. Индивидуальные действия	1

24	Тактика защиты. Групповые действия.	1
25-26	Учебные и тренировочные игры.	2
27	Тактика защиты. Командные действия.	1
28	Тактика защиты. Тактика вратаря.	1
29	Учебные и тренировочные игры.	1
30	Теоретическая подготовка. Установки перед играми и разбор проведённых игр.	1
31-34	Соревнования.	4

4 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Теоретическая подготовка. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1
2	Техническая подготовка. Техника передвижения.	1
3	Удары по мячу ногой.	1
4	Удары по мячу головой.	1
5	Остановка мяча	1
6-7	Учебные и тренировочные игры	2
8	Ведение мяча.	1
9	Обманные движения (финты).	1
10	Отбор мяча	1
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1
12-13	Учебные и тренировочные игры	2
14	Техника игры вратаря.	1
15	Теоретическая подготовка. Режим и питание спортсмена	1
16	Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1
17	Тактика нападения. Групповые действия.	1
18-19	Учебные и тренировочные игры.	2

20	Тактика нападения. Командные действия.	1
21-22	Учебные и тренировочные игры	2
23	Тактика защиты. Индивидуальные действия	1
24	Тактика защиты. Групповые действия.	1
25-26	Учебные и тренировочные игры.	2
27	Тактика защиты. Командные действия.	1
28	Тактика защиты. Тактика вратаря.	1
29	Учебные и тренировочные игры.	1
30	Теоретическая подготовка. Установки перед играми и разбор проведённых игр.	1
31-34	Соревнования.	4

Список использованной литературы:

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 2012
2. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах. Госкомспорт, Олимпийский Комитет России, РФС М.:2016.
3. Системы подготовки спортивного резерва / под общ.ред.Никитушкина В.Г.- М.: Квант-С,2014.
4. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -2018
- 5.Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2018 г.
- 6.Массимо Люкези «Обучение системе игры 4-3-3» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
- 7.Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2018 г.

