

Центральный административный округ города Омска
БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа №17»

решением педагогического совета
от «28» августа 2020 года протокол №1
Председатель Педсовета О.В. Калугина



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление Спортивно - оздоровительное

Название «Футбол»

Уровень образования (класс) начальное общее образование , 4

Количество часов в год - 34, в неделю –1 час

Учитель Захаров Сергей Борисович

Год разработки программы 2020

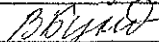
Сроки реализации программы 2020-2021

РАССМОТРЕНО

Протокол заседания

ШМО классных руководителей

от «27» августа 2020 года № 1

 В. Н. Бунаикова

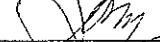
(подпись руководителя ШМО) (расшифровка)

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МС

от «27» августа 2020 года №1

Заместитель директора

 Т.В. Науменко

(подпись) (расшифровка)

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек и (отклоняющегося) поведения;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

Познавательные результаты:

Учащиеся научатся:

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

- понимание средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения

Коммуникативные результаты:

Учащиеся научатся:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

Предметные результаты:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры. В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории мини-футбола, правила соревнований. В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества. В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки. Правила игры, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность. Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча. Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения. Обманные движения (финты). Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве. Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча. Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Броски рукой на точность и дальность.

Тактика игры в футбол

Тематическое планирование курса «Общефизическая подготовка» 34 часа, 10 класс

№пп	Тема урока	Кол-во часов	Планируемая неделя, месяц	Примечание
Знания о физической культуре (3 часа)				
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения футбола.	1	1 неделя, сентябрь	
2	Обучение передаче мяча. Обучение остановке мяча.	1	2 неделя, сентябрь	
3	Совершенствование навыков остановке мяча.	1	3 неделя, сентябрь	
4	Совершенствование навыков остановке мяча.	1	4 неделя, сентябрь	
5	Совершенствование навыков остановке мяча.	1	1 неделя, октябрь	
6	Совершенствование навыков передаче мяча.	1	2 неделя, октябрь	
7	Совершенствование навыков передаче мяча.	1	3 неделя, октябрь	
8	Обучение остановки мяча бедром	1	4 неделя, октябрь	
9	Обучение удару мяча слета.	1	5 неделя, октябрь	
10	Совершенствование навыков удара по мячу с лета.	1	2 неделя, ноябрь	
11	Совершенствование навыков удара по мячу с лета.	1	3 неделя, ноябрь	
12	Совершенствование исполнения технических элементов	1	4 неделя, ноябрь	

13	Совершенствование исполнения технических элементов	1	1 неделя, декабрь
14	Обучение отбору мяча у соперника	1	2 неделя, декабрь
15	Обучение отбору мяча у соперника	1	3 неделя, декабрь
16	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	4 неделя, декабрь
17	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	3 неделя, январь
18	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1	4 неделя, январь
19	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1	5 неделя, январь
20	Подвижные игры и эстафеты	1	1 неделя, февраль
21	Подвижные игры и эстафеты	1	2 неделя, февраль
22	Совершенствование ударов по воротам.	1	3 неделя, февраль
23	Совершенствование ударов по воротам.	1	4 неделя, февраль
24	Удары по прыгающему и летящему мячу	1	1 неделя, март
25	Удары по прыгающему и летящему мячу	1	2 неделя, март
26	Совершенствование ударов по воротам.	1	3 неделя, март
27	Обманные движения (финты).	1	1 неделя, апрель
28	Обманные движения (финты).	1	2 неделя, апрель
29	Удары по прыгающему и летящему мячу	1	3 неделя, апрель
30	Удары по прыгающему и летящему мячу	1	4 неделя, апрель
31	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	5 неделя, апрель
32	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	1	1 неделя, май.
33	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	1	2 неделя май.
34	Обманные движения (финты).	1	3 неделя май.