

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия»

Рассмотрена:
Методическим объединением
учителей начальных классов
Протокол от 20.06.2025г. № 7

Утверждена:
приказом директора МБОУ «Гимназия»
27.08.2025 г. № 320-П

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Футбол в школе»

уровень образования: начальное общее образование

направление: спортивно-оздоровительная деятельность

Составитель рабочей программы:
Красных И.А.,
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

г. Черногорск, 2025г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности курса «Хакасские народные игры» на уровень начального общего образования является частью Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия» и состоит из следующих разделов:

- 1) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- 2) результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 3) тематическое планирование.

1. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Рабочая программа состоит из нескольких тематических разделов, которые взаимосвязаны между собой:

Вводный (Особенности формы футболиста, критерии выбора позиции игрока, общие правила техники безопасности на занятиях, возникновение игры в футбол).

Общая физическая подготовка (двигательные качества футболиста): быстрота, ловкость, координационные способности, беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, прыжки и ускорение, изменяющееся движение (змейка, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений с разным положением рук. Бег на дистанцию 20 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 3*10 м. Прыжковые упражнения: прыжки на месте, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места. Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лежа, поднимания, упоры.

Развитие скоростных, силовых, двигательных способностей. Специальная подготовка (Скоростно-силовые способности). Выполнение технических приемов с мячом. Передача, прием, остановка мяча. Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу. Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Введение мяча в игру броском двумя руками из-под боковой линии. Ведение одновременно двух мячей. Передача мяча правой и левой ногой, обводка. Комбинации из освоенных элементов. Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногой).

Основы знаний (первая помощь, судейство, предупреждение травматизма, основные правила игры в футбол, игра рукой, игра ногой - удар ногами, разметка площадки, гол, ворота, нарушение правил и наказание за нарушением правил).

Соревнования (жесты судьи, игра по правилам- таблица соревнований, правила выполнений стандартных упражнений).

Формы деятельности: рассказ, беседа, практическая отработка элементов, игра, игра-соревнование.

Виды деятельности: коммуникативная, познавательная, коллективная.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;
- формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; положительных качеств личности; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурноспортивном направлении;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе;
- умение находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационнокоммуникационных технологий; соблюдение норм

информационной избирательности, этики и этикета.

Предметные результаты:

- знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств; на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;
- знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола;
- понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников; участие в футбольных проектах («Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День массового футбола»); участие в физкультурно-соревновательной деятельности;
- характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;
- понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению;
- знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады;
- осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;
- применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;
- умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;
- проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол;
- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом
- составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих,

оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закаливающих процедур; соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода

- ❑ за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем; знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации; умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий футболом;
- ❑ способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;
- ❑ знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения.

3. Тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности «Футбол в школе»

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом программы воспитания МБОУ «Гимназия» уровня НОО. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Что проявляется: в выделении в цели программы ценностных приоритетов; в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в программе воспитания; в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлечённость в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

В данном курсе: приобретать первоначальный опыт деятельности ориентированного на формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия - развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях

№ п/п	Название раздела	Общее кол-во часов	Форма проведения	Электронные образовательные ресурсы	Реализация воспитательного потенциала занятия с учетом направлений рабочей программы воспитания	
Раздел 1. Знания о футболе -3						
1.	История возникновения и развития футбола. Правила соревнований. Инструктаж по Т.Б.	3	Беседа Виртуальная экскурсия	Презентация https://resh.edu.ru/subject/9/	бережное отношение к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде;	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности-6						
2.	Физическое развитие и его измерение	6	Игровое занятие Игровое занятие	https://resh.edu.ru/subject/9/		
Раздел 3. Спортивно-оздоровительная деятельность-25						
3.1.	Технические действия	15	Игровое занятие	https://resh.edu.ru/subject/9/	владение основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе;	
3.2	Тактические действия	8	Игровое занятие	https://resh.edu.ru/subject/9/	сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста	
3.3.	Спортивные праздники и мероприятия.	2	Соревнования			
	Итого:	34				

Календарно-тематическое планирование по курсу «Футбол в школе»

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	2	3	4	5
1.	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. История футбола.	1		
2.	Техника ведения мяча	1		
3.	Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча.	1		
4.	Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча.	1		
5.	Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча.	1		
6.	Техника передачи и остановки мяча.	1		
7.	Техника ведения мяча и развороты с мячом	1		
8.	Техника ведения мяча и финт «Переступание через мяч»	1		
9.	Техника ведения мяча и финт «Переступание через мяч»	1		
10.	Техника ведения мяча и финт «Переступание через мяч»	1		
11.	Техника ведения мяча и финт «Переступание через мяч»	1		
12.	Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча.	1		
13.	Техника передачи и остановки мяча.	1		

14.	Техника передачи и остановки мяча.	1		
15.	Техника передачи и остановки мяча.	1		
16.	Техника передачи и остановки мяча.	1		
17.	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	1		
18.	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	1		
19.	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	1		
20.	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	1		
21.	Техника передачи и остановки мяча. Техника отбора мяча.	1		
22.	Обучение технике отбора мяча корпусом.	1		
23.	Техника передачи мяча и отбора мяча корпусом.	1		
24.	Техника отбора мяча.	1		
25.	Техника отбора мяча.	1		
26.	Техника отбора мяча.	1		
27.	Совершенствование технических приёмов	1		
28.	Совершенствование технических приёмов	1		
29.	Совершенствование технических приёмов	1		
30.	Совершенствование технических	1		

	приёмов			
31	Совершенствование тактических приёмов	1		
32	Совершенствование тактических приёмов	1		
33	Совершенствование тактических приёмов	1		
34	Игра по правилам	1		