государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа с. Хилково

муниципального района Красноярский Самарской области

«Рассмотрено»	«Проверено»	«Утверждено»
Руководителем МО	И.о.заместителя	И.о. директора
С.А.Просвирова	директора по ВР	ГБОУ СОШ с. Хилково А.М. Семин
Протокол № 1	Е.А.Волынкина	Приказ№66-од
от «23» августа 2021г	от «23» августа 2021г	от «23» августа 2021г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Мини-футбол»

1-4 класс

Составитель(и):

Просвирова С.А.

учитель начальных классов

2021

1. Пояснительная записка

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, что нашло отражение в национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования. В Концепции модернизации российского образования подчеркнута важнейшая роль дополнительного образования детей как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи.

Физкультурно-спортивная работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации. Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии обучающихся.

Современное состояние здоровья детей и молодежи требует приоритетного внимания, что можно достичь формированием здорового образа жизни, физическим развитием занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека, от физически немощного. Эту задачу помогает решать занятия в спортивных группах дополнительного образования.

Данная программа разработана в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования РФ и г. Москвы:
Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273- ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. No 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”.
- «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации

режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

1.1 Актуальность и направления внеурочной деятельности

Актуальность данной программы дополнительного образования в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении. В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время мини-футбол занимает видное место. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно-сосудистую и дыхательную систему, укрепление иммунной системы организма. В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растёт количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности в состоянии опорно-двигательного аппарата (ОДА). В этой связи укрепление здоровья детей является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Одним из направлений этой работы являются профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний ОДА. Технические приемы, тактические действия и игра в мини-футболе таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, вид спорта мини - футбол и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- ✓ создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- ✓ способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- ✓ выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск,

поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Игра в футбол (мини-футбол) направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.
2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.
3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.
4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

1.3 Связь содержания программы с учебными предметами (единство учебной и внеурочной деятельности)

Содержание программы данной внеурочной деятельности соответствует целям и задачам ООП ООО, реализуемой в ГБОУ СОШ с. Хилково.
Материал программы позволяет устанавливать систему межпредметных связей в обучении и воспитании, добиваться метапредметных результатов, содействовать развитию личностного восприятия базовых семейных ценностей. Создает возможность для реализации потребности в психологической безопасности через осознание ресурса семьи для каждого человека, а также в принятии ценностей, способствующих созданию прочной и гармоничной семьи.
Межпредметные связи: окружающий мир, литературное чтение, этика, русский язык, ОРКСЭ.

1.4.Форма, режим и место проведения занятий. Виды деятельности

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по мини-футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;

- игровой;

- соревновательный;

- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная.

1.5 Количество часов и место в учебном плане

Программа рассчитана для 1 - 4 классов (1 класс – 33 часа, 2 – 4 класс 34 часа) 1 час в неделю, всего – 135 часов. В результате занятий в кружке ребёнок должен научиться работать в коллективе, творчески реализоваться, раскрыться и проявить свои лучшие качества.

1.6 Характеристика условий ОУ при реализации учебной программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 7 - 10 лет. Срок реализации – 4 года. Программа может корректироваться и претерпевать периодические изменения в ходе работы с учетом индивидуальных особенностей воспитанников.

Необходимым условием реализации программы является соблюдение следующих требований:

- внешний вид должен соответствовать нормативным требованиям техники безопасности на занятиях *(удобная одежда и обувь, не сковывающая движения в процессе работы).*
- обучающие должны быть ознакомлены с понятиями творческой дисциплины и этики поведения на проводимых тренингах и репетициях.
- подбор материала для приобретения творческого опыта должен соответствовать их возрасту и опыту, а также содержать тренинговый материал.
- педагог обязан увлекать не только сценическими результатами, но и каждодневным подготовительным процессом.

Перед началом занятий педагог должен позаботиться о материально-техническом оснащении для занятий: просторная, хорошо проветриваемая комната.

2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

2.1 Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе

К концу обучения дети приобретут следующие умения и навыки:

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;

- о физических качествах и правилах их тестирования;

- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;

- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом.

Учащиеся должны уметь:

выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;

- владеть основами техники футбола;

- знать основы судейства.

В процессе обучения и тренировки занимающиеся должны приобрести следующие навыки учебной работы и судейства соревнований по мини-футболу:

- освоить терминологию, принятую в футболе; -
уметь подготовить в качестве дежурного инвентарь, места проведения занятий и соревнований;
- руководить командой своего класса на общешкольных соревнованиях;
- принять участие в судействе учебных и товарищеских играх.

2.2 Требования к УУД, которые должны быть сформированы в процессе занятий по программе

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.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о способах профилактики заболеваний средствам физической культуры.

В области нравственной культуры:

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;

В области эстетики:

- красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

В области коммуникативной культуры:

- анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, а различных изменяющихся внешних условий;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

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.

В области физической культуры:
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты:

В области познавательной культуры:
- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:
- умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:
- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:
- способности вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:
- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

В области физической культуры:
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

2.3 Качества личности, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий данным видом деятельности

Приобретение школьником социальных знаний:

- овладение способами самопознания, рефлексии; приобретение социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия.

Формирование ценностного отношения к социальной реальности:

-получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, культура).

Получение школьником опыта самостоятельного общественного действия:

- школьник может приобрести опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений, опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде;

- нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

2.4 Формы учета знаний, умений; системы контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы

Отслеживание развития личностных качеств ребенка проводится с помощью методов наблюдения и опроса.

2.5 Описание формы проведения итогов

Контроль:
- участие в творческих конкурсах для детских театральных коллективов;
- постановка спектаклей на каждом году обучения;
- подготовка миниатюр для показа на школьных мероприятиях и родительских собраниях.

Итоги реализации программы по данному курсу (грамоты, дипломы, творческие проекты и т.д.) могут быть представлены в личном портфолио ученика.

3. Содержание программного материала

3.1 Тематический план программы
1 класс

№	Тема занятия	Количество занятий	Виды занятий	
			Теория	Практика
1	***Вводное занятие***	1		1
2	***Общая физическая подготовка***	12	1	11
3	***Специальная физическая***	13	1	12

	подготовка			
4	***Основы знаний***	1		1
5	***Тестирование***	3		3
	Соревновани	3	1	2
Итого: 33 часа				

1 класс

Тема 1. Вводное занятие (1ч). *Теоретические сведения.* Общие правила техники безопасности на занятиях. Возникновение игры «футбол».

Тема 2. ***Общая физическая подготовка (12ч).***

Теоретические сведения. Физические способности.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения: без предметов на месте, с мячами, в движении. Беговые упражнения: обычный бег, бег с изменением направления движения, челночный бег 3х10м, бег спиной вперёд, бег с ускорением 30м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 90°, 180°, после двух шагов, с ноги на ногу, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперёд, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, многоскоки. Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.

Тема 3. Специальная подготовка (13ч).

Теоретические сведения. Расположение игроков на поле.

Практические занятия. Техника передвижений игрока без мяча (бег, прыжки, остановка, повороты). Техника владения мячом (удар по неподвижному мячу, остановка мяча, ведение мяча, удары по воротам, отбор мяча). Техника игры вратаря (ловля мяча, отбивание мяча). Тактика игры (тактика свободного нападения, нападение в игровых заданиях 1:1, 2:1, двухсторонняя учебная игра).

Тема 4. Основы знаний (1ч). Основные правила игры в футбол: игра рукой, удар по ногам, разметка площадки, гол, ворота.

Тема 5. Тестирование (3ч). Общая физическая подготовка: бег 30 м, бег 1 км, челночный бег 3х10м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой; удар по мячу на точность передачи; удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.

Тема 6. Соревнования (3ч)

Теоретические сведения. Продолжительность игры.

Практические занятия. Игра по упрощенным правилам.

3.1 Тематический план программы
2 класс

№	Тема занятия	Количество занятий	Виды занятий	
			Теория	Практика
1	***Вводное занятие***	1		1
2	***Общая физическая подготовка***	12	1	11
3	***Специальная физическая подготовка***	14	1	13
4	***Основы знаний***	1		1
5	***Тестирование***	3		3
	Соревновани	3	1	2
Итого: 33 часа				

2 класс

Тема 1. Вводное занятие (1ч). Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности формы футболиста.

Тема 2. Общая физическая подготовка (12ч).

Теоретические сведения. Развитие двигательных действий: бег, остановка.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения: без предметов на месте, с мячами, в движении. Беговые упражнения: обычный бег, бег с изменением направления движения, челночный бег 3х10м, бег спиной вперёд, бег с ускорением 30м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 90°, 180°, после двух шагов, с ноги на ногу, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперёд, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, многоскоки. Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.

Тема 3. Специальная подготовка(14ч)

Теоретические сведения. Действие игроков на поле.

Практические занятия. Техника передвижений игрока без мяча (бег, прыжки, остановка, повороты). Техника владения мячом (удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча, ведение мяча, удары по воротам, отбор мяча). Техника игры вратаря (ловля мяча, отбивание мяча). Тактика игры (тактика свободного нападения, нападение в игровых заданиях 1:1, 2:1, двухсторонняя учебная игра).

Тема 4. Основы знаний (1ч). Основные правила игры в футбол: нарушение правил и наказание.

Тема 5. Тестирование (3ч). Общая физическая подготовка: бег 30 м, бег 1 км, челночный бег 3х10м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой; удар по мячу на точность передачи; удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.

Тема 6. Соревнования (3ч).

Теоретические сведения. Жесты судьи.

Практические занятия. Игра по упрощенным правилам.

3.1 Тематический план программы
3 класс

№	Тема занятия	Количество занятий	Виды занятий	
			Теория	Практика
1	***Вводное занятие***	1	1	
2	***Общая физическая подготовка***	12	1	11
3	***Специальная физическая подготовка***	13	1	12
4	***Основы знаний***	1		1
5	***Тестирование***	3		3
	Соревновани	3	1	2
Итого: 33 часа				

3 класс

Тема 1. Вводное занятие (1ч). Общие правила техники безопасности на занятиях. Критерии выбора позиции игрока.

Тема 2. Общая физическая подготовка (12ч).

Теоретические сведения. Координационные способности.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения: без предметов на месте, с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5х10м, бег спиной вперёд, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперёд, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки. Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.

Тема 3. Специальная подготовка (14ч).
Теоретические сведения. Скоростно-силовые способности.
Практические занятия. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Техника владения мячом (удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча, ведение мяча, удары по воротам, отбор мяча). Техника игры вратаря (ловля мяча, отбивание мяча). Тактика игры (позиционное нападение без смены позиций игроков, нападение в игровых заданиях 2:1, 3:2, двухсторонняя учебная игра).
Тема 4. Основы знаний (1ч). Предупреждение травматизма.
Тема 5. Тестирование (3ч). Общая физическая подготовка: бег 30 м, бег 1 км, челночный бег 3х10м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой; удар по мячу на точность передачи; удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.
Тема 6. Соревнования (3ч).
Теоретические сведения. Таблица соревнований.
Практические занятия. Игра футбол.

3.1 Тематический план программы
4 класс

№	Тема занятия	Количество занятий	Виды занятий	
			Теория	Практика
1	***Вводное занятие***	1	1	
2	***Общая физическая подготовка***	12	1	11
3	***Специальная физическая подготовка***	13	1	12
4	***Основы знаний***	1		1
5	***Тестирование***	3		3
	Соревновани	3	1	2
Итого: 33 часа				

4 класс

Тема 1. Вводное занятие (1ч). Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности позиции (амплуа).
Тема 2. Общая физическая подготовка (12ч).
Практические занятия. Общеразвивающие упражнения: без предметов на месте, с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5х10м, бег спиной вперёд, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые

упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперёд, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки. Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.

Тема 3. Специальная подготовка (14ч).

Теоретические сведения. Выполнение технических приемов с мячом.

Практические занятия. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Техника владения мячом (удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановка мяча, ведение мяча, удары по воротам, отбор мяча). Техника игры вратаря (ловля мяча, отбивание мяча). Тактика игры (позиционное нападение без смены позиций игроков, нападение в игровых заданиях 2:1, 3:2, двухсторонняя учебная игра).

Тема 4. Основы знаний (1ч). Оказание первой помощи.

Тема 5. Тестирование (3ч). Общая физическая подготовка: бег 30 м, бег 1 км, челночный бег 3х10м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой; удар по мячу на точность передачи; удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.

Тема 6. Соревнования (3ч).

Теоретические сведения. Судейство по футболу.

Практические занятия. Игра футбол.

4. Ресурсное обеспечение

Список используемой литературы:

1. Интернет-ресурсы:

- Здоровье и образование www.valeo.edu.ru

Электронные образовательные ресурсы по физической культуре.

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

   http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38

2. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура».http://www.openclass.ru/sub/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0
3. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com
4. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
5. Сайт учителя физкультуры Белкина Андре Евгеньевича http://fizkulturavshcole.narod.ru/saiti_dlya_uchitelei_fizkulturi/
6. Сайт "Я иду на урок физкультуры"

   http://spo.1september.ru/urok/

7. Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/

Календарно – тематическое планирование
1 класс

№	*Тематика занятий*	*Количество часов*	*Дата*
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1	
2	Обучение передаче мяча.	1	
3	Обучение остановке мяча.	1	
4	Совершенствование навыков остановке мяча.	1	
5	Совершенствование навыков передаче мяча.	1	
6	Обучение остановки мяча бедром.	1	
7	Обучение ударам мяча.	1	
8	Совершенствование навыков удара мяча.	1	
9	Обучение остановки мяча бедром.	1	
10	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	
11	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1	
12	Совершенствование ударов мяча по воротам.	1	
13	Учебная игра. Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1	
14	Учебная игра. Передача мяча.	1	
15	Учебная игра. Передача мяча.	1	
16	Совершенствование навыков остановке мяча.	1	
17	Совершенствование навыков передаче мяча.	1	
18	Обучение остановке мяча бедром.	1	
19	Совершенствование ударов мяча по воротам.	1	
20	Совершенствование ударов мяча по воротам.	1	
21	Обучение остановке мяча бедром.	1	
22	Совершенствование исполнения технических элементов.	1	
23	Совершенствование ударов мяча по	1	

	воротам.		
24	Обучение удару мяча слета.	1	
25	Обучение удару мяча слета.	1	
26	Обучение отбору мяча у соперника.	1	
27	Развитие быстроты. Техника ведения остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	1	
28	Развитие быстроты. Техника ведения остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	1	
29	Первенство школы по мини футболу.	1	
30	Первенство школы по мини футболу.	1	
31	Техника игры вратаря.	1	
32	Развитие скоростно-силовых качеств. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	1	
33	Участие в соревнованиях по футболу.	1	
	ИТОГО:33 часа		

Календарно – тематическое планирование

(2 класс)

№	*Тематика занятий*	*Количество часов*	*Дата*
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1	
2	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	
3	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	
4	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	
5	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	
6	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1	
7	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	1	
8	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	
9	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их	1	

	в игре.		
10	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1	
11	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1	
12	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	1	
13	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1	
14	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1	
15	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1	
16	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	
17	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1	
18	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	1	
19	Товарищеская игра	1	
20	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	1	
21	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	
22	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	
23	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	1	
24	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	1	
25	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1	
26	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	1	
27	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	1	
28	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	1	
29	Игра на опережение, старты из различных положений.	1	

30	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1	
31	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	1	
32	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	
33	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1	
34	Участие в соревнованиях по футболу.	1	
	ИТОГО:34 часа		

Календарно – тематическое планирование

(3 класс)

№	*Тематика занятий*	*Количество часов*	*Дата*
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
3	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	
4	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1	
5	Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	
6	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	1	
7	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	
8	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	1	
9	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль яча».	1	
10	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	1	
11	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	
12	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	

13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	
14	Подвижные игры.	1	
15	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	
16	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1	
17	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	
18	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	
19	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1	
20	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	
21	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1	
22	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	
23	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	
24	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	
25	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	
26	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	
27	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	
28	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	
29	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	

30	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1	
31	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направле ия.	1	
32	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1	
33	Двусторонняя учебная игра.	1	
34	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1	
	ИТОГО:34 часа		

Календарно – тематическое планирование
4 класс

№	*Тематика занятий*	*Количество часов*	*Дата*
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	
3	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат»	1	
4	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, изучение упражнения «квадрат».	1	
5	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега.	1	
6	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	
7	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1	
8	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча»	1	
9	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол.	1	
10	Отработка техники передвижения и владение мячом: остановка, прием мяча.	1	

11	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	
12	Остановка катящегося мяча внутренней строной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	
13	Подвижные игры.	1	
14	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	
15	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1	
16	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	
17	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	
18	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1	
19	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	
20	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	
21	Отработка паса щечкой в парах.	1	
22	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	
23	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	
24	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	
25	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1	
26	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направле ия.	1	
27	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1	
28	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	

29	Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	
30	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	
31	Обор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	
32	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1	
33	Участие в соревнованиях по футболу.	1	
34	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1	
	ИТОГО:34 часа		