

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №16»

Согласована
Заместитель директора по ВР
Боз И.Л.Бозова



Утверждаю
Директор МОУ «СОШ №16»
Е.Ю.Тутолмина

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
спортивно - оздоровительной направленности**

Мини-футбол

(наименование учебного предмета/курса/)

начальное общее образование

(уровень, степень образования)

4 года

(срок реализации программы)

Шигапова Гульнур Мусаевна

(Ф.И.О. учителя, составившего рабочую учебную программы)

г.Ухта
2018г.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения спортивной игры «пионербол». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся 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.

Метапредметные результаты:

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметнопрактической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания игры «мини-футбол», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Предметные результаты:

Учащиеся овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

Учащиеся будут иметь представление:

1. об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
2. о физических качествах и правилах их тестирования;
3. об основах личной гигиены, причинах травматизма при занятии мини- футболом и правилах его предупреждения;
4. об организации самостоятельных занятий мини-футболом, а также с группой товарищей;
5. об организации и проведении соревнований по мини-футболу.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

1. История возникновения футбола.

Футбол — одна из самых популярных командных игр в мире. География игры с мячом: страны Древнего Востока (Египет, Китай), Греция, Рим, Франция, Италия, Англия.

Откуда пошло название игры «футбол». Где и когда разработаны первые правила игры в футбол. Создание первых футбольных клубов.

Официальные международные правила игры в футбол (размер игрового поля, размер ворот, размер мяча, игра вратаря и др.).

Совершенствование тактики и техники игры в футбол: угловой удар, 11- метровый штрафной удар (пенальти), футбольные ворота, сетка на футбольных воротах, судья в поле, судья в поле с двумя помощниками.

История международных встреч по футболу. Первые официальные международные турниры с участием футболистов Англии, Шотландии, Уэльса и Ирландии. Популярность футбола в Европе и Латинской Америке. Создание Международной федерации футбольных ассоциаций (ФИФА).

2. Правила безопасности во время занятий юных футболистов

Правила поведения учащихся во время занятий, при передвижении к месту соревнований и обратно. Причины, приводящие к травматизму. Наиболее типичные травмы футболистов. Профилактика травматизма: разминка, соблюдение требований к местам проведения занятий, инвентарю, одежде и обуви. Действия учителя в обеспечении безопасности занятий по футболу.

3. Правила игры в футбол (основные понятия)

Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места). Ворота (размеры). Мяч (размеры, стандарты). Участники игры (состав команды, основной состав, запасные игроки, капитан команды, судьи). Игровая форма. Замена игроков. Игровое время. Перерывы и задержки. Поведение игроков (честная игра, нарушения и санкции). Победитель и проигравший в игре, ничейный результат.

4. Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию

Подбор одежды и обуви для факультативных занятий с учетом их сезонности. Использование одежды и обуви только для спортивных занятий. Периодичность стирки спортивной одежды. Спортивная форма и обувь для участия в соревнованиях по футболу. Мячи, стойки для обводки, ворота стандартные и нестандартные, тренажеры для развития физических качеств — требования и противопоказания к их использованию.

5. Техническая подготовка

Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

Ведение одновременно двух мячей. Передачи мяча правой и левой ногой.

Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами.

Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Остановка ногой летящего мяча.

Остановка грудью летящего мяча.

Удары по неподвижному мячу серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком с попаданием в ворота.

Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, ловля мяча руками в падении, введение мяча в игру броском одной рукой, ударом ногой по неподвижному мячу и после набрасывания.

Эстафеты с ведением и передачами мяча.

Конкурсы: с ударами по воротам «Кто точнее»; с ударами по неподвижному мячу и после набрасывания «Кто дальше».

Игры в «Лабиринт».

Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии. Игра в футбол по упрощенным правилам 3 на 3, 4 на 4, 5 на 5 игроков.

6. Физическая подготовка

Комплексы общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом. Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направлены на развитие:

- координационных способностей;
- быстроты;
- ловкости;
- точности движений и передач мяча;
- гибкости и подвижности в коленных и тазобедренных суставах;
- игровой выносливости;
- точности ударов по воротам.

7. Подвижные игры и эстафеты

- пятнашки с мячом;
- лабиринт (с мячом и без мяча);
- змейка;
- бег по ломаной кривой;
- челночный бег;
- эстафета с ведением двух мячей;
- эстафета с ударами по воротам.

8. Игра в футбол малыми составами

Игра 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4 игрока на алых площадках с использованием маленьких ворот.

Форма подведения итогов: в конце каждого года проводятся игры между командами.

Тематический план

1 класс

№	Разделы	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения футбола.	1
2	Обучение передаче мяча.	2
3	Обучение остановке мяча.	2
4	Совершенствование навыков остановки мяча.	2
5	Совершенствование навыков передачи мяча.	2
6	Обучение остановки мяча бедром.	2
7	Обучение удару мяча слета.	2
8	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	2
9	Совершенствование исполнения технических элементов	2
10	Обучение отбору мяча у соперника.	2
11	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	2
12	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	2
13	Подвижные игры и эстафеты	2
14	Совершенствование ударов мяча по воротам.	2
15	Совершенствование ударов мяча по воротам.	2
16	Учебная игра.	2
17	Итоговые соревнования.	2
	ИТОГО:	33

Тематический план
2 класс

№	Разделы	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения футбола.	1
2	Обучение передаче мяча.	2
3	Обучение остановке мяча.	2
4	Совершенствование навыков остановки мяча.	2
5	Совершенствование навыков передачи мяча.	2
6	Обучение остановки мяча бедром.	2
7	Обучение удару мяча слета.	2
8	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	2
9	Обучение остановке мяча после отскока.	2
10	Обучение отбору мяча у соперника.	2
11	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	2
12	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	2
13	Совершенствование исполнения технических элементов.	2
14	Совершенствование ударов мяча по воротам.	2
15	Совершенствование ударов мяча по воротам.	2
16	Учебная игра.	3
17	Итоговые соревнования	2
	ИТОГО:	34

Тематический план

3 класс

№	Разделы	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1
2	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию.	1
3	Техническая подготовка. Обучение передаче мяча.	1
4	Обучение остановке мяча.	2
5	Обучение передаче мяча.	1
6	Совершенствование навыков остановки мяча.	1
7	Совершенствование навыков передачи мяча.	1
8	Обучение остановке мяча бедром.	1
9	Обучение ударам по мячу.	1
10	Совершенствование навыков удара по мячу.	1
11	Обучение удару по мячу слета.	2
12	Совершенствование навыков удара по мячу с лета.	2
13	Обучение остановке мяча после отскока.	1
14	Обучение удару мяча головой.	1
15	Совершенствование навыков удара по мячу головой.	1
16	Обучение отбору мяча у соперника.	2
17	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	2
18	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1
19	Совершенствование исполнения технических элементов.	1
20	Совершенствование ударов мяча по воротам.	2
21	Удары по прыгающему и летящему мячу.	1
22	Учебная игра.	1
23	Удары по катящемуся мячу.	2
24	Учебная игра.	1
25	Обманные движения (финты).	1
26	Итоговые соревнования.	2
	ИТОГО:	34

Тематический план 4 класс

№	Тематика занятий	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1
2	Техническая подготовка. Обучение передаче мяча.	5
3	Совершенствование навыков остановки мяча.	1
4	Совершенствование навыков передачи мяча.	1
5	Обучение остановки мяча бедром.	1
6	Обучение ударам по мячу.	1
7	Совершенствование навыков удара по мячу.	1
8	Обучение удару по мячу с лета.	1
9	Совершенствование навыков удара по мячу с лета.	1
10	Обучение остановке мяча после отскока.	1
11	Обучение удару мяча головой.	1
12	Совершенствование навыков удара мяча головой.	1
13	Обучение отбору мяча у соперника.	2
14	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	3
15	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1
16	Совершенствование исполнения технических элементов.	1
17	Совершенствование ударов мяча по воротам.	2
18	Игра в футбол малыми составами.	1
19	Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование.	1
20	Учебная игра.	2
21	Отбор мяча. Вбрасывание.	1
22	Обманные движения (финты).	1
23	Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря.	1
24	Итоговые соревнования.	2
	Итого:	34