

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ШКОЛА СОСНЫ»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____ И.П. Гурьянкина
Приказ № 5
от «30» августа 2019 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
секция «Мини-футбол»
1-4 классы
начальное общее образование
(ФГОС НОО)**

Составитель:
Сова Сергей Иванович,
руководитель секции

2019 – 2020 учебный год

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	5
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации занятий и видов деятельности.....	7
3. Календарно - тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	9

Рабочая программа к курсу «Мини-футбол» (спортивно-оздоровительного направления) разработана на основе Примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ. Коллектив авторов-составителей: Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В. 2010 год.

Программа курса представлена в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Данная рабочая программа направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность.

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

Цель: формирование навыков и технических приемов игры в мини-футбол, овладение тактическими взаимодействиями в игре, воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся, а также гармоничному развитию личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма,
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по мини-футболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по мини-футболу.

Сроки реализации программы. Программа рассчитана на четыре года обучения со 1-го по 4-й классы:

- 33 часа в 1 классе (1 ч. в неделю),
- 34 часа во 2 - 4 классе (1 ч. в неделю).

Формы работы. Основными формами проведения занятий спортивной секции являются: учебно - тренировочные занятия, соревнования.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы:

- умения активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- умения проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

Обучающийся получает возможность для формирования:

- *умения проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;*
- *умения оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.*

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- умению планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планированию общей цели и пути её достижения;
- распределению функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивному разрешению конфликтов;
- осуществлению взаимного контроля;
- оценки собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- умению принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

Обучающийся получит возможность научиться:

- *адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;*
- *различать способ и результат действия;*
- *вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.*

Познавательные УУД

Обучающийся научится:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

Обучающийся получит возможность научиться:

- *преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;*
- *устанавливать причинно-следственные связи.*

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- взаимодействию, ориентации на партнёра, сотрудничеству и кооперации (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

Обучающийся получит возможность научиться:

- *формулировать собственное мнение и позицию;*
- *договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;*
- *совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;*
- *учиться выполнять различные роли в группе.*

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Мини-футбол»

Обучающийся научится:

- правильному режиму дня юного спортсмена;
- правилам игры в мини-футбол;
- правилам использования спортивного инвентаря

Обучающийся получит возможность научиться:

- *контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;*
- *управлять своими эмоциями;*
- *владеть игровыми ситуациями на поле;*
- *владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.*

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации занятий и видов деятельности.

1 класс

Общая физическая подготовка

Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости). Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Акробатические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкоатлетические упражнения. Спортивные игры. Лыжная подготовка.

Специальная физическая подготовка

Значение специальной физической подготовки – повышения функциональных возможностей органов и систем воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Техническая подготовка

Техника передвижения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка и ведение мяча.

Тактическая подготовка

Тактика нападения и защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика вратаря.

Учебные и тренировочные игры

Переключение в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий.

Участие в соревнованиях

2 – 4 класс

Общая физическая подготовка

Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка, перед тренировкой и игрой. Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различного возраста. Контрольные упражнения и нормативы по общей подготовке для юных футболистов. Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости)

Специальная физическая подготовка

Краткая характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами. Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств.

Техническая подготовка

Обманные движения (финты). Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Техника игры вратаря.

Тактическая подготовка

Тактика нападения и защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика вратаря.

Учебные и тренировочные игры

Переключение в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий.

Участие в соревнованиях

Инструкторская и судейская практика

В качестве помощника тренера умение показать и объяснить выполнение отдельных общеразвивающих упражнений, технических приемов, простейших тактических комбинаций. Составление комплекса упражнений утренней зарядки, подбор упражнений

для разминки и их проведение самостоятельно. Практика судейства на соревнованиях внутри школы.

3. Календарно - тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Тематическое планирование

1 класс

Темы	Теория	Практика	Всего
1.Общая физическая подготовка	2	3	5
2.Специальная физическая подготовка	1	1	2
3.Техническая подготовка	1	9	10
4.Тактическая подготовка	1	9	10
5.Учебные и тренировочные игры	2	4	6
6.Участие в соревнованиях	-	1	2
Итого:	8	25	33

2 – 4 класс

Темы	Теория	Практика	Всего
1.Общая физическая подготовка	2	2	4
2.Специальная физическая подготовка	1	1	2
3.Техническая подготовка	1	8	9
4.Тактическая подготовка	1	9	10
5.Учебные и тренировочные игры	2	4	6
6.Участие в соревнованиях	-	1	1
Инструкторская и судейская практика	1	1	2
Итого:	8	25	34

**Календарное планирование
1 класс**

№ п/п	Наименование раздела и тем	Дата		Характеристика основной деятельности учащихся
		Плановые сроки прохождения темы	Фактические сроки (и/или коррекция)	
Общая физическая подготовка				
1	Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости). Строевые упражнения.			Игры, упражнения.
2	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Акробатические упражнения.			
3	Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры.			
4	Легкоатлетические упражнения.			
5	Легкоатлетические упражнения.			
Специальная физическая подготовка				
5 - 6	Значение специальной физической подготовки – повышения функциональных возможностей органов и систем воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.			Знакомство со специальной физической подготовкой.
Техническая подготовка				
7	Техника передвижения.			Работа с мячом.
8	Техника передвижения.			
9	Техника передвижения.			
10	Удары по мячу ногой.			
11	Удары по мячу ногой.			

12	Удары по мячу головой.			
13	Удары по мячу головой.			
14	Остановка и ведение мяча.			
15	Остановка и ведение мяча.			
Тактическая подготовка				
16	Тактика нападения и защиты.			Отработка тактических действий.
17	Тактика нападения и защиты.			
18	Тактика нападения и защиты.			
19	Индивидуальные действия.			
20	Индивидуальные действия.			
21	Групповые действия.			
22	Командные действия.			
23	Командные действия.			
24	Тактика вратаря.			
Учебные и тренировочные игры				
25-31	Переключение в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий.			Игра.
Участие в соревнованиях (2 ч.) Резерв				

2-4 класс

2-4 класс				
№ п/п	Наименование раздела и тем	Дата		Характеристика основной деятельности учащихся
		Плановые сроки прохождения темы	Фактические сроки (и/или коррекция)	
Общая физическая подготовка				
1	Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка, перед тренировкой и игрой.			Упражнения.
2	Основные требования			

	по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различного возраста.			
3	Контрольные упражнения и нормативы по общей подготовке для юных футболистов.			
4	Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости)			
Специальная физическая подготовка				
5	Краткая характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами.			Знакомство со специальной физической подготовкой.
6	Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств.			
Техническая подготовка				
7	Обманные движения (финты).			Работа с мячом.
8	Обманные движения (финты).			
9	Обманные движения (финты).			
10	Отбор мяча.			
11	Отбор мяча.			
12	Вбрасывание мяча.			
13	Вбрасывание мяча.			
14	Техника игры вратаря.			
15	Техника игры вратаря.			
Тактическая подготовка				
16	Тактика нападения и защиты.			Отработка тактических действий.
17	Тактика нападения и защиты.			
18	Тактика нападения и защиты.			

19	Индивидуальные действия.			
20	Индивидуальные действия.			
21	Групповые действия.			
22	Командные действия.			
23	Командные действия.			
24-25	Тактика вратаря.			
Учебные и тренировочные игры				
26-31	Переключение в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий.			Игра.
Участие в соревнованиях Резерв				
Инструкторская и судейская практика				
33	В качестве помощника тренера умение показать и объяснить выполнение отдельных общеразвивающих упражнений, технических приемов, простейших тактических комбинаций.			Судейская практика.
34	Составление комплекса упражнений утренней зарядки, подбор упражнений для разминки и их проведение самостоятельно. Практика судейства на соревнованиях внутри школы.			

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
методического объединения учителей
от 27.08.2019г. № 01

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
_____ Т.А. Демчук
29.08.2019г