

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 683 Приморского района Санкт-Петербурга**

Рекомендована к использованию

Педагогическим советом

ГБОУ школы № 683

Приморского района

Санкт-Петербурга

Протокол от 30.08.2022 № 10

УТВЕРЖДЕНА

Приказом от 30.08.2022 № 257

Директор ГБОУ школы № 683

Приморского района Санкт-Петербурга

_____ С.А. Дедина

**ПРОГРАММА КУРСА
внеурочной деятельности
«ФУТБОЛИШКА»
спортивно-оздоровительное направление
для обучающихся 4 классов
(34 часа в год, 1 час в неделю)**

Составитель:

Огородников Сергей Иванович,

учитель физической культуры

«26» августа 2022 года

Санкт-Петербург

2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Футболишка» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, программа формирования универсальных двигательных действий, примерной программы спортивно-оздоровительного воспитания школьников, авторской программы «Подвижные спортивные игры», автор Воронина Г.А. Имеет спортивно — оздоровительную направленность.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Футболишка» составлена на основе следующих документов:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Федерального государственного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (далее - ФГОС начального общего образования);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011 г. № 03-296 “Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования”
- Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию от 14.05.2014 № 03- 20-1905/14-0-0 «Об организации внеурочной деятельности в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга»
- Образовательной программы ГБОУ школы №683 г. Санкт-Петербурга;
- Учебного плана ГБОУ школы № 683 на 2022-2023 учебный год.

Актуальность программы.

Данная программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся на протяжении трех лет обучения футболу, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности. Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в футбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в футбол включают в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Программа последовательно решает основные задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- формирование у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- приобретение знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;
- развитие основных двигательных качеств.

Материал программы дается в четырех разделах: основы знаний, общая физическая подготовка, специальная подготовка и примерные показатели двигательной подготовленности.

Общая характеристика программы.

Программа направлена на повышение двигательных умений и навыков физического развития учащихся 4-х классов, разработана с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и рассчитана на 1 год.

Программа адаптирована и соотнесена с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования.

Цель программы: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения.

Формы организации программы внеурочной деятельности:

- коллективная
- групповая
- индивидуальная

Принципы программы:

- включение учащихся в активную деятельность;
- доступность и наглядность;
- связь теории с практикой;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей.

Место программы в учебном плане:

Программа разработана для учащихся 4-х классов, реализуется во внеурочное время. Занятия проводятся во второй половине дня. Время занятия — 40 минут, 1 час в неделю, всего 34 часа.

Планируемые результаты усвоения программы

Личностные результаты:

- снижение заболеваемости;
- формировать физические качества;
- воспитывать культуру общения;
- воспитывать любовь и уважение к окружающим;
- сблизить и сплотить коллектив;
- развивать самооценку у школьников.

Метапредметные:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий.

Предметные результаты:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы

- соревнований, осуществлять объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности;
- применять жизненно важные двигательные умения и навыки различными способами, в различных условиях.

Предполагаемый результат деятельности:

1. Повышение уровня физической подготовленности школьников.
2. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения
3. Снижение последствий умственной нагрузки.
4. Способствовать развитию коллективизма в коллективе.

Методическое обеспечение программы

№ п/п	Раздел, темы	Формы занятия	Методы, приемы	Дидактический материал	Формы и методы подведения итогов	дата
Введение. Основы занятий (4 часа).						
1.	Введение. ТБ на занятиях футболом на улице и в зале. Правила игры «футбол».	Практическое занятие.	Словесный. Наглядный. Практический.	Инструкция по ТБ. Таблицы. Кинофильмы. Правила игры в футбол.	Опрос. Наглядный показ.	
2.	Реакция организма на различные физические нагрузки.	Практическое занятие.	Наглядный. Практический			
3.	Двигательные качества человека и их развитие	Рассказ с элементами показа.	Практический.			
4.	Что такое физкультурно-спортивная этика?	Беседа с элементами показа.	Словесный. Наглядный.	Презентация.		
Общая физическая подготовка (10 часов). Комплексы специальных упражнений футболистов:						
5-6.	Комплексы прыжковых упражнений.	Практические занятия. Игры. Эстафеты с предметами. Соревнования.	Репродуктивное выполнение упражнений.	Спортивный инвентарь (футбольные мячи, конусы, кубики, скакалки).	Эстафеты с элементами футбола. Спортивные эстафеты.	
7-8.	Комплекс упражнений для развития скоростных качеств.		Групповой, индивидуальный метод.			
9-10.	Комплекс упражнений для развития координации.		Занятия в парах с мячом.			
11-12.	Комплекс упражнений					

№ п/п	Раздел, темы	Формы занятия	Методы, приемы	Дидактический материал	Формы и методы подведения итогов	дата
	для укрепления связок и костей стопы.					
13-14.	Комплекс упражнений для развития мышц живота и спины.					
Специальная подготовка футболистов (12 часов)						
15-16.	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Практические занятия.		Спортивный инвентарь (футбольные мячи, конусы, кубики,		
17-18.	Ведение мяча внутренней частью подъёма.	Тренировки.		скакалки)		
19-20.	Ведение мяча серединой подъёма.					
21-22.	Удар внутренней частью стопы.	Практические занятия. Игры.	Наглядный показ. Объяснение. Репродуктивное выполнение упражнений групповым методом, поточным методом. Выполнение упражнений в парах.	Спортивный инвентарь (футбольные мячи, конусы, кубики, скакалки)	Соревнования.	
23-24.	Удар внутренней частью подъёма.					
25-26.	Удар серединой подъёма.					
Закрепление пройденного материала (9 часов)						
27-28.	Двусторонняя игра.	Практические занятия.	Наглядный показ.	Спортивный инвентарь (футбольные мячи, конусы, кубики,	Участие в соревнованиях различного уровня.	
29.	Тактические действия нападающего.	Тренировки. Спортивные эстафеты.	Объяснение. Репродуктивное выполнение	мячи, конусы, кубики,		

№ п/п	Раздел, темы	Формы занятия	Методы, приемы	Дидактический материал	Формы и методы подведения итогов	дата
30.	Тактические действия защитника.		упражнений групповым методом, поточным методом. Командное выполнение тактических задач игры в футбол.	скакалки)		
31.	Тактические действия вратаря.					
32-34	Участие в соревнованиях по футболу. Первенство района.					

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов:

Андреев С. Н. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989..

Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И, Психология физического воспитания и спорта. - М.: АCADEMIA, 2000..

Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.

Евладова Е. Б., Логинова Л. Г., Михайлова Н. Н. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2002.

Кузнецов А.А.Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.:Клуб 36,6., 2007.

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11-х классов общеобразовательной школы, 1996.

Коротков И. М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1974.

Для учащихся:

Блохин О., Аркадьев Д. Право на гол.- М.: Физкультура и спорт, 1984.

Выборнов Ю. Марадона, Марадона.-М.: Физкультура и спорт, 1989.-192 с.

Гиффорд К. Все о футболе.- М.: АСТ, Астрель, 2006.

Кассиль Л. Вратарь республики.- М.: Детгиз, 1959.

Нетто И.Это-футбол. 2 –е изд. Доп. –М.: Физкультура и спорт, 1974.-200 с.

Якушин М.О.Вечная тайна футбола. – М.: Физкультура и спорт, 1988.