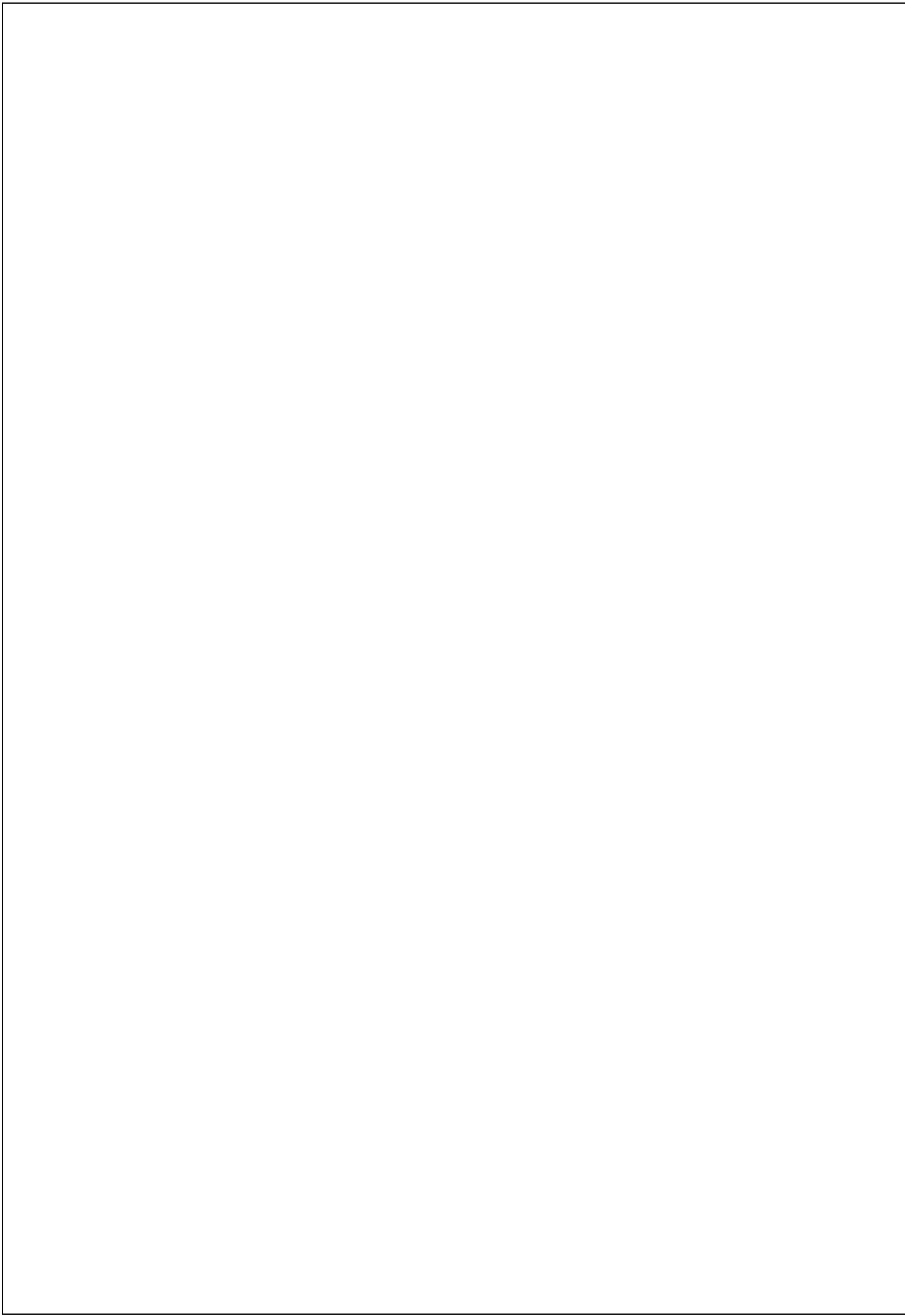




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Мендюкинская средняя школа»

Утверждаю
Директор школы 
/Бычкова О.В./
«30» 08 2019 г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления

Класс 3-4

«Кожаный мяч»

Составитель:
учитель физической культуры,
Алексеев Игорь Анатольевич, в.к.к.

2019-2020 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Кожаный мяч» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО, ООП НОО учебному плану, годовому календарному учебному графику МБОУ «Мендюкинская средняя школа» и реализует внеурочной деятельности, предусмотренное для обучающихся 4 класса. Программа разработана на основе авторов В. И. Ляха, А. А. Зданевича.

Программа физического воспитания обучающихся образовательной школы по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья обучающихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса.

Цели программы:

Всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры школьника.

Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением основных **задач**, направленных на:

1. закаливание детей;
2. содействие гармоничному развитию личности;
3. содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у обучающихся;
4. привитие навыков здорового образа жизни;
5. воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
6. обучение двигательным навыкам и умениям;
7. приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в т.ч. мини-футбола;
8. развитие двигательных умений и навыков;
9. умения выполнять технические приемы мини-футбола в соответствии с возрастом;
10. играть в мини-футбол, применяя изученные тактические приемы;
11. повысить результативность участия в городской спартакиаде школьников.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; – уметь организовать самостоятельные занятия футболом;
- организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере; – умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории футбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами футбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Кожаный мяч» обучающиеся получают возможность узнать:

- значение футбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий по футболу;
- название разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- упражнения на развитие физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценивания физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по футболу;
- жесты футбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;

Обучающийся научится

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по футболу;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- играть в футбол с соблюдением основных правил;

Обучающийся получит возможность научиться

- выполнять удар по мячу внешней и внутренней частью стопы
- ведению мяча против соперника
- передачам мяча на разные дистанции

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Отличительная особенность программы «Кожаный мяч» в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе. Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Образовательная деятельность по программе осуществляется по следующим разделам:

1. Основы знаний (в процессе учебно-тренировочных занятий);
2. Техническая подготовка;
3. Тактическая подготовка
4. Физическая подготовка;

5. Подвижные игры и эстафеты;

В образовательном процессе используются технологии:

- Игровые;
- Здоровьесберегающие

Основные формы организации учебных занятий: теоретические и практические занятия, соревнования, учебные, тренировочные и товарищеские игры, тестирование.

Методы работы с детьми: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- сдача нормативов;
- результативность товарищеских игр и соревнований.

Содержание дополнительной образовательной программы

Образовательная деятельность по программе осуществляется по следующим разделам:

1. Основы знаний . Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Инструктаж по технике безопасности.
2. Техническая подготовка.
Различные способы перемещения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Комплексное выполнение технических приемов.
3. Тактическая подготовка.
Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря.
4. Общая физическая подготовка.
Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивным мячом. Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.
5. Специальная физическая подготовка.
Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости.
6. Игровая подготовка.
Подвижные игры. Спортивные игры.
7. Соревнования.
8. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

Виды и формы деятельности

Виды:

1. Игровая деятельность
2. Познавательная деятельность
3. Спортивно-оздоровительная деятельность

Формы:

1. Игра
2. Соревнование

Тематическое планирование

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	1	-
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	26		26
4.	Тактическая подготовка	8		9
5.	Общая физическая подготовка	11		11
6.	Специальная физическая подготовка	7		7
7.	Игровая подготовка	11		11
9.	Соревнования	2		3
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	1		1
	ИТОГО:	68	2	66

Согласовано

Заместитель директора по ВР

 Резкина В.С

«28» августа 2019г.