

**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Богдашкинская средняя школа**

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения музыки, ИЗО, технологии, ОБЖ, физической культуры, ОРКСЭ, ОДНКНР. Протокол от 25 августа 2023 года № 1 Руководитель школьного методического объединения _____/ Неласова Л.П./	Согласовано Заместитель директора по УВР _____ Каргина О.Ю. 28 августа 2023 года	Утверждено Директор школы _____ Антонова С.В. Приказ от 29 августа 2023 года № 196 
--	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Физическая культура. Спортивные игры»**

**Направление спортивно-оздоровительное**

**Класс 4**

**Количество часов в год 34, в неделю 1 час**

**Сроки реализации программы 2023-2024 учебный год**

**Разработчик Неласова Лариса Петровна, высшее, 1 категория**

**2023-2024 учебный год**

**Село Богдашкино**

*Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Богдашкинская средняя школа*

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения музыки, ИЗО, технологии, ОБЖ, физической культуры, ОРКСЭ, ОДНКНР. Протокол от 25 августа 2023 года № 1 Руководитель школьного методического объединения _____ / Неласова Л.П./	Согласовано Заместитель директора по УВР _____ Каргина О.Ю. 28 августа 2023 года	Утверждено Директор школы _____ Антонова С.В. Приказ от 29 августа 2023 года № <u>196</u>
---	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Физическая культура. Спортивные игры»**

**Направление спортивно-оздоровительное**

**Класс 4**

**Количество часов в год 34, в неделю 1 час**

**Сроки реализации программы 2023-2024 учебный год**

**Разработчик Неласова Лариса Петровна, высшее, 1 категория**

**2023-2024 учебный год**

**Село Богдашкино**

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты

#### Гражданско-патриотическое воспитание:

- становление ценностного отношения к своей Родине - России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности; сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

#### Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

### Метапредметные результаты

#### 1. Владение универсальными учебными познавательными действиями:

##### 1) базовые логические действия:

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;
- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;
- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;
- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма; выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;
- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

##### 2) базовые исследовательские действия:

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;
- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);
- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);
- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);
- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

##### 3) работа с информацией:

- выбирать источник получения информации;
- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

- распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки; соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет; анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;
- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

## **2. Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:**

### **1) общение:**

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать свое мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей; создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);
- готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

### **2) совместная деятельность:**

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

## **3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:**

### **1) самоорганизация:**

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; выстраивать последовательность выбранных действий;

### **2) самоконтроль:**

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

## **Предметные результаты**

При изучении модуля «Футбол для всех» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты: формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения;

овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и другие);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и

другие), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);  
применение и изложение в доступной форме полученных знаний о физической культуре и футболе, грамотное использование понятийного аппарата;  
освоение правил поведения и безопасности во время занятий и соревнований по футболу;  
приобретение навыка правильно подбирать одежду и обувь для занятий и соревнований по футболу;  
приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;  
овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры;  
освоение некоторых навыков первичной технической подготовки футболиста (выполнение ударов по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение мяча и выполнение финтов, отбор мяча);  
знание о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в атаке и в обороне;  
формирование общего представления о технике и тактике игры вратаря;  
применение во время игры в футбол всех основных технических элементов (техника перемещения, передача и ловля мяча).

### **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Знания о футболе.

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста различного амплуа.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися.

Способы самостоятельной деятельности.

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.

Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.

Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

Физическое совершенствование.

Общеразвивающие физические упражнения: комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.

Основные термины футбола.

Приобретение двигательных навыков и технических навыков игры в футбол.

Подвижные игры (без мяча и с мячом):

«Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Бой петухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Точный удар», «Футбольный слалом», «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Охотники за мячами», «Ловцы игрока без мяча», «Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч», «Вызов номеров», «Только своему», «Салки в тройках», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и другие.

Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы футбола.

Общие и специальные подготовительные упражнения, развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой и тактикой футбола (сила и быстрота мышц рук и ног, сила и гибкость мышц туловища, быстрота реакции и ориентировки в пространстве).

Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы футбола.

Общие и специальные подготовительные упражнения, развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой и тактикой футбола (сила и быстрота мышц рук и ног, сила и гибкость мышц туловища, быстрота реакции и ориентировки в пространстве).

Подводящие упражнения и элементы соревновательного направления.

Индивидуальные технические действия.

Удары по мячу: внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, резаный удар, удар-бросок стопой, с полуката.

Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой, грудью.

Ведение мяча. Понятие о ведении мяча. Преимущества игроков, хорошо владеющих ведением мяча. Упражнения для разучивания ведения мяча.

Обманные движения (финты): «уходом», «уходом с ложным замахом на удар», «проброс мяча мимо соперника».

Отбор мяча: запрещенные приемы при отборе мяча. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом.

Техника игры вратаря. Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетающего мяча, полуввысокого мяча, ловля мяча в прыжке. Ловля высоколетающего, полуввысокого, летящего в стороне мяча.

Отбивание катящегося и низколетающего в стороне мяча в выпаде. Отбивание мяча ладонями, кулаком или кулаками. Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.

Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника.

Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение.

Способы передачи мяча. Удары по воротам.

Групповые тактические действия в атаке и обороне. Действия против соперника без мяча и с мячом.

Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Упражнения для разучивания приемов игры на выходах. Введение мяча в игру. Руководство действиями партнеров в обороне. Участие вратаря в атакующих действиях партнеров.

Учебные игры в футбол по упрощенным правилам.

**Виды деятельности:** игровая деятельность, познавательная деятельность.

**Формы проведения занятий:** беседы, игры, и др.

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Техника безопасности и правила поведения на спортивной площадке и в спортивном зале. Подвижные игры с элементами футбола. Правила игры.	1
2	Передвижения боком спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты. Комбинации из освоенных элементов техники	1

	передвижений	
3	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой. Ведение мяча с обводок стоек.	1
4	Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек. Челночный бег.	1
5	Передача мяча и остановка мяча в парах на месте. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой.	1
6	Совершенствование передачи мяча и остановки мяча в парах на месте. Эстафеты с ведением мяча.	1
7	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Совершенствование ударов по мячу, остановки мяча.	1
8	Игра в квадрате. Ввод мяча в игру.	1
9	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника и ударом по воротам.	1
10	Ведение мяча активным сопротивлением защитника и ударом по воротам. Эстафеты с ведением мяча	1
11	Совершенствование остановки мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящего мяча внешней стороной стопы.	1
12	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	1
13	Совершенствование остановки мяча. Совершенствование культуры передачи мяча и остановки мяча в парах, тройках.	1
14	Жонглирование мячом. Совершенствование передачи мяча на месте и в движении.	1
15	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема.	1
16	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Техника безопасности. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.	1
17	Удар по летящему мячу серединой подъема.	1
18	Совершенствование ударов по летящему мячу. Игра в тройках с последующим ударом по воротам.	1
19	Обводка с помощью обманных движений (финтов). Совершенствование техники обводки.	1
20	Умение свободное пространство и занять его. Совершенствование техники открывания. Игра без мяча.	1

21	Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу.	1
22	Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке.	1
23	Игра в защите. Отбор мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом.	1
24	Отбор мяча корпусом. Отбор мяча в подкате.	1
25	Совершенствование техники отбора мяча. Вбрасывание мяча из- за боковые линии с места и с шагом.	1
26	Розыгрыш свободного удара. Розыгрыш штрафного удара.	1
27	Техника безопасности. Розыгрыш углового удара.	1
28	Эстафеты на развитие скоростных способностей. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1
29	Игра в «Стенку».	1
30	Подвижные игры	1
31	Игра в квадрате с минимальным касанием мяча.	1
32	Учебная игра. Разбор игры	1
33	Учебная игра. Разбор игры	1
34	Итоговое занятие	1